

Dr. Raul Emrich Melo  
www.raulmelo.com.br

*Alergia e Pediatria*

ANEXO XIV  
**informativo**  
**2010**

## O vírus e o medo

Um novo vírus, com potencial de matar alguém, desencadeia muitas atitudes e reflexões. A primeira é em relação aos cuidados de uma epidemia que atinge pessoas de todas as classes sociais. Isso é bom pois reforça as medidas de proteção da sociedade em relação à prevenção de doenças respiratórias, estoque de vacinas, medicamentos e pesquisas para novas drogas. Não devemos esquecer, no entanto, que morre-se mais de doenças passíveis de prevenção. Malária, Doença de Chagas e Esquistossomose são alguns exemplos.

A segunda reflexão está relacionada ao simbolismo de uma doença de grandes proporções. Isso mexe com nossos medos e o mais básico de todos é o medo de morrer. Quando temos filhos, tudo fica mais complicado, pois temos medo também de sofrer. Se algo grave acontece a um filho, como suportar a dor? O problema é que o medo de sofrer pode impedir a prazer de viver. Sêneca, o famoso filósofo da Roma Antiga, já dizia: “de que vale viver, se não é para viver bem?”



Consultórios: • **São Bernardo** – Rua Leone Angeli, 39 – Tel.:4362-1843  
(Alergia e Pediatria). • **São Paulo** – Rua Isabel, 105 – Penha  
Tel.: 2958-5454/2957-7720 (Alergia)

# Broncodilatador faz mal à saúde?


**A**lgumas palavras do meio técnico de uma profissão, quando passam a fazer parte do vocabulário popular, acabam por ter significados diferentes. Isto causa uma avalanche de malentendidos. Broncodilatador é uma dessas palavras, pois dá a impressão aos leigos de que algo em nosso organismo (brônquio, nesse caso) ficará “dilatado”, ou seja, terá efeitos negativos após o uso do remédio.

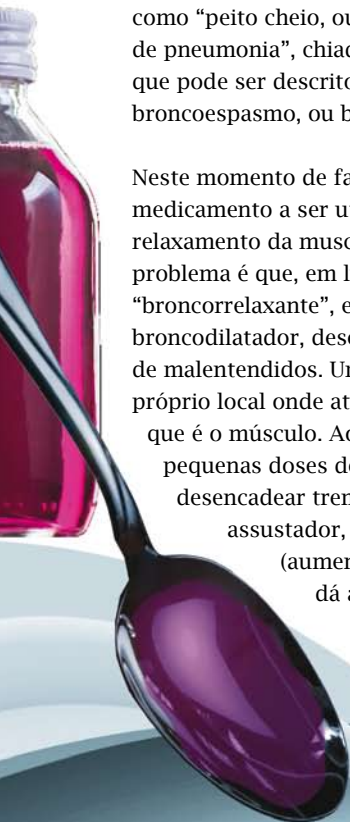
Alergia é um dos fatores que induzem a um estrangulamento dos tubos respiratórios, a uma contração desnecessária da musculatura brônquica, que se traduz em expressões populares como “peito cheio, ou encatarrado”, “começo de pneumonia”, chiado, ou ronco no peito, fato que pode ser descrito com nomes técnicos como broncoespasmo, ou broncoconstrição.

Neste momento de falta de ar, o primeiro medicamento a ser utilizado é aquele que produz relaxamento da musculatura brônquica. O problema é que, em lugar de falarmos o termo “broncorrelaxante”, esta droga é chamada de broncodilatador, desencadeando uma sequência de malentendidos. Um deles diz respeito ao próprio local onde atua um relaxante muscular, que é o músculo. Ao caírem na circulação, pequenas doses do broncodilatador podem desencadear tremores e, o que é mais assustador, palpitações. A taquicardia (aumento dos batimentos cardíacos) dá a impressão de que algo de ruim pode acontecer a qualquer momento.

Boatos se espalham e geram mais stress em famílias que já estão sofrendo.

O vilão não é o broncodilatador, mas a falta de tratamento adequado com outras medicações simultaneamente. A inalação é uma forma de lançar um remédio na via respiratória, seja com aparelho de ar comprimido, spray (ou “bombinha”) ou aparelhos de pó. Entre os broncodilatadores reconhecidos pelas sociedades médicas, destacam-se o salbutamol (Aerogold®, Aerolin®, ou em associação: Aerocort-S®), o fenoterol (Berotec®) e a terbutalina (Bricanyl®). Em relação aos que têm efeito por muitas horas, há o salmeterol (Seretide®, Serevent®), mas o formoterol é o mais eficiente e pode ser usado na crise isoladamente (Fluir®, Formare®, Formocaps®) ou em associação com cortisonas seguras de baixa dosagem: Alenia®, Fluir+Oximax®, Foraseq® e Symbicort®). Foi lançado recentemente um broncodilatador de longa ação, o Bambair (Bambuterol®), que pode ser usado por via oral.

Broncodilatadores de ação longa podem ser adicionados aos de ação curta (o Berotec®, por exemplo, tem efeito por apenas 3 a 4 horas), diminuindo a necessidade de inalações ao longo do dia e aumentando a proteção durante a noite. Para crianças pequenas, ou pacientes que não se adaptam aos aparelhos portáteis de inalação, a tosse do meio da madrugada pode ser evitada com a “cama broncodilatadora” do Bambair®, único broncodilatador prolongado liberado para uso a partir de 2 anos de idade. Da mesma forma, exercícios durante o dia, que em alguns casos aumentam a tosse, ou falta de ar, poderão ser realizados sem tanta preocupação. 



# São Paulo é Primeiro Mundo ou é o Mundo todo?



**E**m uma lojinha da pequena cidade de Jaisalmer, porta de entrada de uma inóspita região que separa a Índia do Paquistão, fazia minha última compra antes de três dias de passeio pelo deserto, uma daquelas provas de coragem que os jovens costumam se autoimpor. Ouvi então um som deliciosamente familiar: um casal falando português, música para os ouvidos em uma região que, na década de 1980, não costumava receber brasileiros. Eram paulistanos. Ele, com traços orientais; ela, de cabelos escuros e olhos amendoados de quem tinha antepassados que provavelmente chegaram ao Alasca 15 mil anos antes, vindos das estepes da Mongólia, povoando a América do Sul com descendentes agora chamados de índios (os europeus acharam que tinham chegado às Índias, lembra-se?).

Conversamos por alguns minutos e nos despedimos afetuosamente. O balconista indiano, surpreso, me interpelou ansioso, assim que o casal deixou a loja: que língua vocês falam? De que países são? A resposta de que éramos brasileiros de São Paulo não foi suficiente, até que a explicação sobre a nossa ascendência fez sentido em sua cabeça: “Ah... Você vem da Europa e ele do Japão!”


Em países com história milenar, quando se pergunta sua origem, você deve se remeter à cidade da sua família, de seus antepassados. Em contraponto, ser de São Paulo significa dizer que você se sente um paulistano. Nasci na região serrana do Rio de Janeiro e meus pais, como tantos outros migrantes,

procuraram aqui a oportunidade de trabalho. Eles trouxeram também as marcas da genética do norte da Europa, evidentes na pele clara. Nossos casos de melanoma são a prova da inadaptação cutânea ao país tropical.

Um exemplo clássico do caldeirão de cores do povo brasileiro é o da ginasta Daiane dos Santos, que tem 40% de sua genética de origem europeia, 40% africana e 20% indígena; ela pode se vangloriar de ser o emblema de nossa mistura.

Hoje, São Paulo tem uma genética que é medida pela oportunidade de trabalho e esperança de uma vida melhor. Estrangeiros que chegam aqui, como os indianos do ramo da informática ou da indústria farmacêutica, passeiam pela cidade incólumes.

Grandes cidades cosmopolitas existem pelo mundo, mas as diversidades permanecem tensas. Em Nova York, um latino será visto como estrangeiro, assim como o árabe em Paris, um indiano em Londres, um turco em Berlim. Com aparência de europeu, também me senti dessa forma na África e na Ásia: um incontestável estrangeiro. Mas na maior cidade da América Latina, somos todos brasileiros, falando, ou não, o português.

Está claro que, enquanto existirem seres humanos, haverá preconceito. Também não precisamos repassar os graves desafios sociais que ainda temos de superar; mas, em nenhuma grande cidade deste planeta uma pessoa se sentirá tão rapidamente em casa como na mistura maravilhosa de tipos humanos que vivenciamos em São Paulo, esta sim, uma cidade que poderia ser considerada um Primeiro Mundo em termos de mestiçagem e convivência étnica e cultural. Brindemos a isso. 

# Vacinas complementares: disponibilizadas em clínicas privadas


**E**m uma manhã de sábado de 1975, na entrada da adolescência, acordei aborrecido com a perspectiva de receber a aplicação de uma dolorosa vacina, ainda de eficácia incerta.

A epidemia de meningite causada por dois tipos de meningococo atingira seu clímax, com 35 mortes por mês, e o silêncio oficial da ditadura acabara de se romper frente às evidências de uma infecção que tinha começado na periferia, mas já atingira bairros mais abastados da cidade.

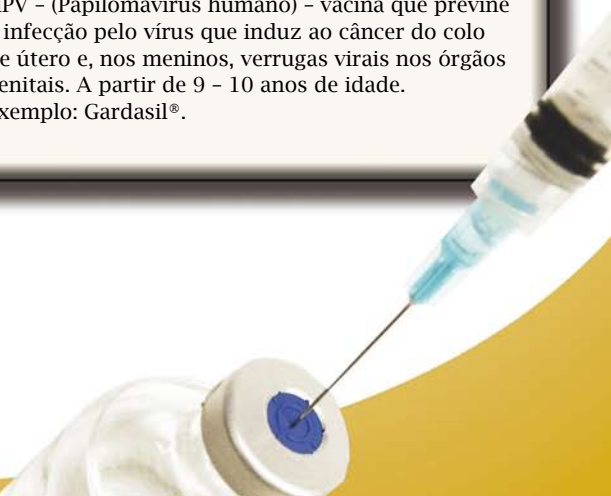
A vacina era aplicada com uma pistola multi-doses que injetava sob pressão em braço atrás de braço, como em uma linha de montagem.

Quando dei plantão no Hospital Emílio Ribas, 15 anos depois, ouvi relatos de colegas mais velhos que, naquelas manhãs de 1975, enfrentaram um verdadeiro caos de guerra: pacientes no chão, falta de material, trabalho exaustivo.

Veja que já eram tempos de antibiótico. Em seus primórdios, o tratamento da meningite bacteriana (uma forma grave de infecção da meninge, a membrana que envolve o cérebro) era feito com soro de cavalo, injetado direto no “líquido da espinha” (intra-raquidiano). Os resultados se mostravam razoáveis, mas as reações alérgicas eram muito graves.

Hoje, se a poluição e violência são tormentos cotidianos, pelo menos desfrutamos o luxo de podermos planejar menos filhos, decisão esta resultante de uma somatória tipicamente moderna: saneamento básico, tecnologia hospitalar, antibióticos e muitas vacinas. Outros tempos. 

- Pneumococo Conjugada - vacina que diminui a incidência de doenças causadas pelo pneumococo, como otite, pneumonia e meningite. Tem indicação de ser aplicada em todas as crianças e deve ser iniciada já aos 2 meses de idade. Exemplo: Prevenar®.
- Meningococo C Conjugada - vacina que previne meningite causada pelo meningococo C. Pode ser iniciada a partir dos 3 meses de idade (não confundir com a Meningo A e C, que oferece proteção temporária). Exemplo: Meningitec®.
- Varicela (Catapora) - a partir de 1 ano de idade, uma dose. Reforço entre 4 a 6 anos de idade. Exemplos: Biken®, Varilrix®.
- Vacina anti-Gripe Sazonal (ou anti-Influenza) - a partir da idade de 6 meses. Anual, indicada para todas as crianças pequenas, adultos da 3ª. Idade e pessoas com alguma doença prolongada como cardiopatia, diabetes ou asma (“bronquite”). Exemplo: Vaxigrip®.
- Hepatite A - segundo a Sociedade Brasileira de Imunizações, a partir de 1 ano. Duas doses, com intervalo de 6 a 12 meses. Exemplos: Havrix®, Vaqta®.
- HPV - (Papilomavírus humano) - vacina que previne a infecção pelo vírus que induz ao câncer do colo de útero e, nos meninos, verrugas virais nos órgãos genitais. A partir de 9 - 10 anos de idade. Exemplo: Gardasil®.





# Palestras para empresas

Seguindo o projeto de apresentações sobre a arte de viver bem, dr. Raul ministrou palestras em 2009, divididas em dois temas: “para refletir” e “saúde”.

Em uma série de palestras para o Bradesco/Vida e Previdência, por exemplo, foi exposto como a falta de reflexão sobre nossas origens brasileiras e a razão de nossas diferenças humanas pode impedir que ponhamos em prática as orientações médicas. Todos os ouvintes foram brindados com o livro História e Alergia, de autoria do dr. Raul.



Outra palestra - Imunidade e Felicidade: como Viver Bem - foi apresentada na Câmara Municipal de São Bernardo do Campo, em novembro de 2009.



Mais detalhes no site  
[www.raulmelo.com.br](http://www.raulmelo.com.br).

Veja no site alguns vídeos de entrevistas do dr. Raul no Jô Soares, Ana Hickman, SPTV, além da imagem dos ácaros passeando pelos colchões.

Também artigos e links  
para casas de alergia.