

Descongestionante nasal vicia e pode mascarar males maiores, dizem médicos



Seja verão ou inverno, quando surge a **baixa umidade do ar** ou aumentam os problemas respiratórios graças aos casos de gripes, resfriados e rinites, o nariz entupido é o sintoma mais comum e incômodo. A maioria das pessoas não pensa duas vezes em ir à farmácia e comprar um **descongestionante nasal** por conta própria, achando que usar o produto sem acompanhamento médico não trará problema.

E assim começa um dos casos mais clássicos de "**vício**" em um medicamento, com direito até a declarações em páginas de redes sociais como o "Clube dos Viciados" de um descongestionante conhecido.

"O descongestionante nasal deve ser usado por, no máximo, cinco dias consecutivos, e de oito em oito horas. Se a pessoa continuar a usá-lo, haverá um efeito rebote: para de tomar e o nariz entope novamente e só melhora se pingar o remédio para desobstruir. A pessoa já leva o medicamento no bolso e acaba encurtando os intervalos de aplicação", conta a pediatra, Edina Mariko Koga da Silva, que é diretora do Centro Cochrane do Brasil, uma organização não governamental que elabora, mantém e divulga revisões sistemáticas de ensaios clínicos.

A médica frisa que as pessoas tomam sem sequer ler a bula, não procuram um médico e, assim, o uso do medicamento torna-se crônico. Ela também lembra que os que sofrem mais são aquela que moram em grandes centros urbanos, por causa da poluição. "Também há o problema dos 'edifícios doentes'", afirma.

Ela se refere à má qualidade do ar interno de alguns edifícios, o que passou a ser conhecido mundialmente como "Síndrome dos Edifícios Doentes", decorrência de uma conjunção de fatores que vão desde os problemas no projeto até a má conservação dos dutos e dos aparelhos de ar-condicionado, causando dois tipos básicos de contaminação: a biológica por fungos, bactérias, vírus e protozoários e até mesmo aracnídeos como é o caso dos ácaros e, a química proveniente de gases liberados por produtos de limpeza, vernizes, tintas, equipamentos de escritório, colas, aumento no nível de **dióxido de carbono**, etc.

ESTUDO

Um estudo realizado no exterior, em 2009, pelo Instituto Cochrane mostrou que a utilização do medicamento traz uma porcentagem de melhora muito baixa. Aqui o resumo da pesquisa:

"O resfriado é a razão mais comum de doenças entre os adultos, que podem experimentar de dois a quatro episódios por ano. Por enquanto, ainda não há cura para este mal, assim, a diminuição de seus sintomas é o foco do tratamento. A congestão nasal é o sintoma mais comum. Descongestionantes orais ou nasais são frequentemente utilizados.

Sete ensaios foram feitos para determinar o benefício de uma dose de descongestionante, mostrando uma melhoria de 6 % nos sintomas relatados. A melhoria nos sintomas continuou em 4 % das pessoas mesmo após três a cinco dias de uso. Essas melhorias foram conseguidas graças à redução na resistência das vias aéreas nasais.

Dois ensaios foram usados para determinar a probabilidade de efeitos adversos do uso de descongestionantes sobre o tratamento não eram mais prováveis do que com placebo. O efeito adverso mais comum no tratamento foi insônia (5%). Analisamos o uso de descongestionantes em crianças, mas apesar da alta incidência do resfriado comum entre elas, não havia provas desse medicamento ser adequado para a inclusão. Descongestionantes fornecem alívio de curto prazo de obstrução nasal para adultos com resfriado comum, mas não são recomendados para crianças menores de 12 anos".

Fonte: UOL