



Orientações Nutricionais a Indivíduos Diagnosticados com Urticária Crônica Espontânea: Uma Revisão de Escopo

*Symara Abrantes Albuquerque de Oliveira Cabral¹; Carlos Kennedy Tavares Lima²;
Leonardo Coêlho Bezerra³*

Resumo: A Urticária Crônica Espontânea (UCE) é definida pelo surgimento espontâneo de pápulas com ou sem angioedema, que persistem por mais de seis semanas, podendo ter causa conhecida ou não. A urticária é desencadeada pela vasodilatação, aumento da permeabilidade vascular e edema, devido à liberação de histamina de mastócitos, que pode ser provocada por diversas substâncias. O diagnóstico da UCE envolve a exclusão de diagnósticos diferenciais, identificação de fatores desencadeadores e avaliação dos impactos na vida dos indivíduos¹. O tratamento inclui cuidados gerais, combate a agentes infeciosos e uso de medicamentos como anti-histamínicos, corticosteroides e, em casos difíceis, anticolinérgicos, imunomoduladores e anti-IgE. Trata-se de uma revisão de escopo. As buscas foram realizadas mês de outubro de 2023, na Biblioteca Virtual *Scientific Electronic Library Online* (Scielo), na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e na Pubmed. Foram utilizadas as estratégias de busca: dieta AND urticária crônica; diet AND chronic urticaria. Em artigos científicos, disponíveis na íntegra, escritos nos idiomas português, inglês ou espanhol, publicados nos últimos 10 anos (2013-2023). A busca inicial retornou 203 arquivos, dos quais, após aplicação inicial dos filtros (disponibilidade dos textos completos, idiomas, ano), bem como da exclusão de duplicidades, passaram para leitura dos títulos e resumos 48 textos. A síntese dos dados foi realizada de forma qualitativa, com base na Análise de Conteúdo de Bardin. Os resultados demonstraram que a UCE é uma doença de etiologia não completamente elucidada, que tem seu tratamento limitado a sintomatológicos, com objetivo de inibir a liberação histamínica. Também foi observado o potencial da terapêutica nutricional, seja com limitação dietética ou suplementação de micronutrientes, como adjuvante no manejo das crises e redução da sua gravidade.

Palavras-chave: Urticária Crônica Espontânea. Orientações nutricionais. Revisão de escopo.

¹ Pós-doutorado em Ensino (Universidade Estadual do Rio Grande do Norte). Doutorado em Ciências da Saúde (Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo). Mestre em Ensino (Universidade Estadual do Rio Grande do Norte). Mestre em Sistemas Agroindustriais (Universidade Federal de Campina Grande - PB). Especialista em Processos Educacionais na Saúde com ênfase em Tecnologias Educacionais Construtivistas (IEP Sírio Libanês). Especialista em Processos Educacionais na Saúde com ênfase em Metodologias Ativas (IEP Sírio Libanês). Especialista em Micropolítica da Gestão e Trabalho em Saúde (Universidade Federal Fluminense). Especialista em Gestão da Atenção Básica e Redes Microrregionais de Saúde (Universidade Federal da Paraíba). Especialista em Gestão da Política de Alimentação e Nutrição (FIOCRUZ). Especialista em Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde (Universidade Federal do Rio Grande do Norte). Especialista em Saúde da Família (Centro Universitário de Patos-PB). Graduada em Enfermagem (Universidade Federal de Campina Grande - PB). Licenciada em Letras Língua Portuguesa (Instituto Federal da Paraíba). Orcid: 0000-0002-7456-5886 . symaraabrantes_@hotmail.com;

² Graduação em Medicina pela Universidade Federal da Paraíba. Residência médica em Neurocirurgia pelo Hospital Santa Marcelina, São Paulo. Mestre em Ciências da Educação pela Universidade Tecnológica Intercontinental (Assuncion-PY). Doutor em Ciências da Saúde pela Faculdade de Medicina do ABC, São Paulo. Professor/Preceptor da disciplina de neurologia da Universidade Federal de Campina Grande-PB. carlos.kennedy@professor.ufcg.edu.br;

³ Médico pela Faculdade de Medicina, Estácio de Juazeiro do Norte. drleonardobezerra@hotmail.com.

Nutritional Guidelines For Individuals Diagnosed With Chronic Spontaneous Urticaria: A Scope Review

Abstract: Chronic Spontaneous Urticaria (CSU) is defined by the spontaneous appearance of papules with or without angioedema, which persist for more than six weeks, and may or may not have a known cause. Urticaria is triggered by vasodilation, increased vascular permeability and edema, due to the release of histamine from mast cells, which can be caused by various substances. The diagnosis of CSU involves the exclusion of differential diagnoses, identification of triggering factors and assessment of impacts on individuals' lives¹. Treatment includes general care, combating infectious agents and use of medications such as antihistamines, corticosteroids and, in difficult cases, antikotrienes, immunomodulators and anti-IgE. This is a scope review. The searches were carried out in October 2023, in the Virtual Library Scientific Electronic Library Online (Scielo), in the Virtual Health Library (VHL) and in Pubmed. The search strategies were used: diet AND chronic urticaria; diet AND chronic urticaria. In scientific articles, available in full, written in Portuguese, English or Spanish, published in the last 10 years (2013-2023). The initial search returned 203 files, of which, after initially applying the filters (availability of full texts, languages, year), as well as excluding duplicates, 48 texts were read as titles and abstracts. Data synthesis was carried out qualitatively, based on Bardin's Content Analysis. The results demonstrated that CSU is a disease whose etiology has not been completely elucidated, and its treatment is limited to symptoms, with the aim of inhibiting histamine release. The potential of nutritional therapy was also observed, whether with dietary limitation or micronutrient supplementation, as an adjuvant in the management of crises and reducing their severity.

Keywords: Chronic Spontaneous Urticaria. Nutritional guidelines. Scope review.

Introdução

Dados da Seção de Dermatologia da Academia Europeia de Alergologia e Imunologia Clínica (EAACI), da Rede Europeia Global de Alergia e Asma (GA²LEN), do Fórum Europeu de Dermatologia (EDF) e da Organização Mundial de Alergia, consolidados em diretriz, definem a Urticária Crônica Espontânea (UCE) pelo surgimento espontâneo de pápulas com ou sem angioedema, sem regressão por mais de seis semanas, pode ter causa conhecida ou não (Zuberbier *et al.*, 2018).

A urticária é desencadeada pela vasodilação, aumento da permeabilidade vascular e edema, em decorrência da liberação de histamina de mastócitos, que podem ser liberadas pela ação de diversas substâncias, como as anafilatoxinas (C3a, C4a, e C5a), fator ativador de plaquetas (PAF), dentre outras. A degranulação de mastócitos pode decorrer de mecanismos imunológicos ou não, dentre os não imunológicos são citados: drogas, alimentos, fatores mecânicos ou físicos. Nem sempre é possível identificar o agente desencadeante do aparecimento da urticária (Ensina; Lima; Padilha, 2014).

O diagnóstico da UCE envolve a exclusão de diagnósticos diferenciais, a identificação de fatores desencadeadores e os impactos da doença na vida dos indivíduos. Envolve história clínica, exame físico e exames laboratoriais (Zuberbier *et al.*, 2018).

Já o tratamento, é iniciado pelos cuidados gerais, quando há identificação do agente etiológico. Envolve, ainda, o combate a agentes infecciosos, a utilização de tratamento medicamentos com anti-histamínicos, corticosteroides, e nos casos de difícil tratamento, com anticotrienos, imunomodulares e anti-IgE (Ensina; Lima; Padilha, 2014).

Ainda de acordo com os autores: Ensina; Lima e Padilha (2014), no tocante à nutrição, importante se faz considerar que os pseudoalérgenos alimentares podem ocasionar ou agravar a urticária crônica. São incluídos os alimentos que induzem a liberação direta de histamina pelo mastócito, bem como os alimentos ricos em aminas biogênicas ou salicilatos.

Sabe-se, pois, que a dieta é um fator importante a ser considerado na prevenção de crises ou agravamento delas. De tal modo, tem-se por questionamento: como deve ser orientada a dieta de indivíduos diagnosticados com UCE? Objetiva-se, pois, uma análise das melhores condutas nutricionais a serem orientadas a indivíduos com UCE.

Metodologia

Diante da questão elaborada, optou-se por realizar uma pesquisa de revisão de escopo, cujo objetivo é mapear a literatura com vistas a respondê-la (Ferreira; Retondario; Tanikawa, 2021).

Trata-se de um estudo de natureza básica, exploratório, de cunho bibliográfico e bibliométrico, com abordagem qualitativa dos dados.

As buscas foram realizadas na Biblioteca Virtual *Scientific Electronic Library Online* (Scielo), na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e na Pubmed. Foram utilizadas as estratégias de buscas: dieta AND urticária crônica; diet AND chronic urticaria. As buscas foram realizadas no mês de outubro de 2023.

Foram incluídos artigos científicos, disponíveis na íntegra, escritos nos idiomas português, inglês ou espanhol, publicados nos últimos 10 anos (2013-2023). Foram excluídos os indisponíveis, duplicados nas bases e que não abordassem a temática.

A síntese dos dados foi realizada de forma qualitativa, com base na Análise de Conteúdo de Bardin (2016).

A busca inicial retornou 203 arquivos, dos quais, após aplicação inicial dos filtros (disponibilidade dos textos completos, idiomas, ano), bem como da exclusão de duplicidades, passaram para leitura dos títulos e resumos, 48 textos.

Resultados e Discussão

Estudo realizado com 1.616 indivíduos de 19 a 64 anos de idade, com UCE, analisou os níveis de micronutrientes em diferentes amostras de períodos distintos, através de um banco de dados do Hospital Geral de Southampton, no Reino Unido. Compararam a amostra de indivíduos com UCE à população geral, observaram que o grupo com UCE apresentava níveis de vitamina D mais altos que a população geral, entretanto abaixo de 50nmol/L. Observaram, ainda, que o grupo com UCE apresentou níveis mais baixos de vitamina B12 e ferritina. Variações na dieta é o fator determinado como responsável pela diferença de micronutrientes, visto que não há estudos que demonstrem uma correlação com a UCE, o que sugere a necessária orientação nutricional a tal grupo (Wu *et al.*, 2015).

Sobre a suplementação, estudo com 42 indivíduos, submetidos a suplementação de vitamina D3 por 12 semanas, sugere que a terapia complementar com altas doses (4.000 UI/d) pode ser benéfica frente a redução na distribuição corporal e número de dias com urticária (Rorie *et al.*, 2014).

Relacionada a restrições dietéticas, estudo utilizou uma dieta com baixo teor de histamina¹, por três semanas, sendo avaliados a pontuação de atividades de urticária, intensidade de prurido e número de pápulas e qualidade de vida, além da mensuração, antes e depois da dieta, da diamina oxídase, enzima que desintegra a histamina. Todos os aspectos observados foram beneficamente impactados, exceto o biomarcador diamina oxídase, que se manteve estável. Houve redução no uso de anti-histamínicos em 0,93 comprimidos/dia. Os autores concluem que uma dieta com baixo teor de histamina, por 3 a 4 semanas, mostra-se

¹ Alimentos recomendados em dieta com redução de histamina - Produtos lácteos: leite, creme de leite, manteiga, cream cheese, coalhada, queijo, manteiga, margarina. Carne e ovos: ovos, presunto cozido, carne não curada, vitela, porco, cordeiro, frango. Peixe (fresco ou fresco congelado): solha, carvoeiro, bacalhau, arinca, truta, pescada, poleiro. Doces e guloseimas: mel, geleia de frutas permitidas, gotas de frutas, frutas, gomas, goma de mascar, pipoca. Sobremesas: sopa doce fria, arroz doce, compota de frutas permitidas, sorvetes de frutas permitidas, baunilha, quindim. Frutas: tudo, exceto morangos, framboesas, frutas cítricas, bananas, kiwis, ameixas, mamão. Vegetal: Qualquer fresco ou congelado, exceto tomate, espinafre, abacate, berinjela. Cereais/Batatas/Macarrão: pão e doces, massas, todos os tipos de batatas, cereais, grãos (arroz, milho, semente de milho, trigo sarraceno). Bebidas: Água com gás, sucos de frutas e vegetais permitidos.

eficaz na redução dos sintoma e melhoria da qualidade de vida de indivíduos com UCE (Wagner *et al.*, 2017).

Outro estudo, que também utilizou por base uma dieta livre de histamina², evidenciou redução do escore de gravidade da urticária e da atividade da urticária. Observou-se, ainda, redução do nível sérico de histamina no sangue dos indivíduos que cumpriram com a dieta. Igualmente ao estudo anterior, não foi observada alteração na atividade da diamina oxidase. Não foi observada redução na utilização de medicamentos. Os autores sugerem que a dieta livre de histaminas pode ser utilizada como terapia adicional para urticária crônica (Son *et al.*, 2018).

Já em estudo de caso único, o biomarcador diamina oxidase sérico é apresentado como promissor para avaliação terapêutica e dietética da UCE (Chiang *et al.*, 2022).

A dieta mediterrânea foi apresentada eficaz na redução do risco e gravidade de UCE em estudo observacional do tipo caso-controle, com participação de 100 indivíduos (Ayvaz; Kuyumcu, 2021)

Estudo de avaliação nutricional de japoneses revelou que os pacientes com UCE não controlada apresentavam Índice de Massa Corporal mais elevados, bem como maior consumo de ovos e bebidas cafeinadas (Matano *et al.*, 2020)

Estudo de coorte, realizados com 157 pacientes com UCE, analisou a relevância da intolerância à histamina como causa subjacente da UCE. Após estudo com dieta livre de histamina, seguida de provação, os autores concluíram que a dieta com baixo teor de pseudoalérgenos pode melhorar os sintomas, mas tal fato não pode ser completamente explicado pela ausência de histamina.

Os autores (Zuberbier; Hengstenberg, 2016) atentam para dificuldade na definição e avaliação dos pseudoalérgenos, haja vista que diversos fatores devem ser considerados, dentre os quais, as condições de produção (solo, irrigação).

Importante considerar, ainda, que restrições desnecessárias podem ser evitadas pela análise através de testes de provação alimentar, conforme conclui estudo realizado com 245 pacientes com UCE, com os quais foram realizados testes de provação alimentar (Sánchez; Sánchez; Cardona, 2018).

² Restrição de atum, cavala, sauro do Pacífico (lúcio de cavala), carne de porco, frango e espinafre. Alimentos fermentados, como repolho ou rabanete fermentado, pasta de soja, pasta de pimentão vermelho, maionese, iogurte, queijo, ketchup, vinho e cerveja.

Análise crítica promovida por Yeung; Swerlick (2015), alerta para a fragilidade metodológica de estudos específicos, de modo que não considera uma dieta livre de pseudoalérgenos como rotina terapêutica para UCE sem gatilhos dietéticos identificáveis.

Conclusão

A UCE é uma doença de etiologia não completamente elucidada, que tem seu tratamento limitado a sintomatológicos, com objetivo de inibir a liberação histamínica. Diversos estudos vêm demonstrando o potencial da terapêutica nutricional, seja com limitação dietética ou suplementação de micronutrientes, como adjuvante no manejo das crises e redução da sua gravidade. Entretanto, os estudos apresentam limitações metodológicas que impedem a definição de evidências seguras, de modo que a restrição alimentar e terapêutica nutricional segue como evidência empírica, de modo que estudos mais robustos são necessários, especialmente com vistas à melhoria na qualidade de vida dos indivíduos acometidos.

Referências

- AYVAZ, Havva Hilal; KUYUMCU, Aliye. Effect of the Mediterranean diet in patients with chronic spontaneous urticaria. **Revista da Associação Médica Brasileira**, [s. l.], v. 67, p. 675–680, 2021.
- CHIANG, Hui-Ling et al. Predictors of Response to Oral Medications and Low-Histamine Diet in Patients with Chronic Urticaria. **Journal of Immunology Research**, [s. l.], v. 2022, p. 5243825, 2022.
- ENSINA, L.F.C.; LIMA, F.D.; PADILHA, R.Q. **Anafilaxia, urticária e alergia a medicamentos na prática clínica**. 1 ed. São Paulo: Atheneu, 2014.
- FERREIRA, Sila Mary Rodrigues; RETONDARIO, Anabelle; TANIKAWA, Lilian. Protocolo de Revisão de Escopo e Revisão Sistemática na área de alimentos. **Visão Acadêmica**, Curitiba, v.22 n.2, Abr. - Jun. /2021.
- MATANO, Yoko et al. Dietary habits in Japanese patients with chronic spontaneous urticaria. **The Australasian journal of dermatology**, Australia, v. 61, n. 3, p. e333–e338, 2020.
- RORIE, Andy et al. Beneficial role for supplemental vitamin D3 treatment in chronic urticaria: a randomized study. **Annals of allergy, asthma & immunology : official publication of the American College of Allergy, Asthma, & Immunology**, United States, v. 112, n. 4, p. 376–382, 2014.

SÁNCHEZ, Jorge; SÁNCHEZ, Andres; CARDONA, Ricardo. Dietary Habits in Patients with Chronic Spontaneous Urticaria: Evaluation of Food as Trigger of Symptoms Exacerbation. **Dermatology research and practice**, Egypt, v. 2018, p. 6703052, 2018.

SON, Jee Hee et al. A Histamine-Free Diet Is Helpful for Treatment of Adult Patients with Chronic Spontaneous Urticaria. **Annals of dermatology**, Korea (South), v. 30, n. 2, p. 164–172, 2018.

WAGNER, N. et al. A Popular myth - low-histamine diet improves chronic spontaneous urticaria - fact or fiction?. **Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology : JEADV**, England, v. 31, n. 4, p. 650–655, 2017.

WU, Cheng-Han et al. Association between Micronutrient Levels and Chronic Spontaneous Urticaria. **BioMed research international**, United States, v. 2015, p. 926167, 2015.

ZUBERBIER, T. et al. The EAACI/GA²LEN/EDF/WAO guideline for the definition, classification, diagnosis and management of urticaria. **Allergy**, [s. l.], v. 73, n. 7, p. 1393–1414, 2018.

ZUBERBIER, Torsten; HENGSTENBERG, Claudine. [Risk hidden in the small print? : Some food additives may trigger pseudoallergic reactions]. **Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz**, Germany, v. 59, n. 6, p. 777–782, 2016.



Como citar este artigo (Formato ABNT):

CABRAL, Symara Abrantes Albuquerque de; LIMA, Carlos Kennedy Tavares; BEZERRA, Leonardo Coêlho. Orientações Nutricionais a Indivíduos Diagnosticados com Urticária Crônica Espontânea: Uma Revisão de Escopo. **Id on Line Rev. Psic.**, Outubro/2024, vol.18, n.73, p. 53-59, ISSN: 1981-1179.

Recebido: 09/09/2024; Aceito 24/09/2024; Publicado em: 31/10/2024.