

# Dicas do(a) Dr.(a) \_\_\_\_\_ para o tratamento da urticária.

## NÃO RECOMENDADOS

<b>ALIMENTOS:</b> Banana, abacate, morango Tomate, pimentão Peixe e frutos do mar Ovo Chocolate Enlatados	<b>COMIDAS COM ADITIVOS, CORANTES E CONSERVANTES:</b> Macarrão, frios, salsicha, queijos amarelos, nozes e amendoim.	<b>BEBIDAS:</b> Refrigerantes, sucos artificiais, bebidas alcoólicas.  <b>TEMPEROS:</b> Pimenta, Vinagre e Mostarda.	<b>MEDICAMENTOS:</b> Inibidores de ciclooxigenase (antiinflamatórios não esteróides, ácido acetilsalicílico), Antibióticos Vitaminas, Medicamentos coloridos e com sabor e Radiocntrastes.
---	---	--	--

**LEMBRETE:**  
**FRUTAS PERMITIDAS** - nêspera, carambola, damasco, figo, fruta- do- conde, goiaba, jaca, maçã cozida sem casca, mamão maduro, marmelo, melancia, tâmara, pitanga, amora, jabuticaba, ameixa, pêra, caqui, caju, limão.  
**TEMPEROS PERMITIDOS:** óleo de milho e de oliva, gengibre, coentro, salsa, erva- doce, manjerona, louro, manjeriçao, alcaparra, alho, cebola.

## SUGESTÕES DE CARDÁPIO PARA DIETA HIPOALERGÊNICA CRIANÇAS NA FASE ESCOLAR

<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Leite com café, pão francês com manteiga e pêra.	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Suco de fruta permitida e bolacha de água.	<b>ALMOÇO</b> Arroz, feijão, carne moída refogada, cenoura sauté, salada de couve- flor, gelatina sem sabor e sem corante com suco de fruta permitida.	<b>LANCHE DA TARDE</b> Leite com fruta permitida e torradas com geléia de fruta caseira.	<b>JANTAR</b> Arroz, feijão, filé de frango grelhado, purê de batata ( sem ovo), salada de alface e pudim de leite de soja.
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Leite batido com fruta permitida e pão de forma com manteiga.	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Suco de fruta permitida e biscoito de polvilho.	<b>ALMOÇO</b> Macarrão (sem ovo) com manteiga e queijo branco, bife grelhado, brócolis refogado e doce de goiaba caseiro.	<b>LANCHE DA TARDE</b> Mingau de maisena com leite.	<b>JANTAR</b> Arroz, feijão, carne cozida desfiada (músculo), mandiocinha refogada, salada de cenoura cozida e sagu feito com suco de fruta permitida.
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Mingau de creme de arroz e fruta permitida.	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Leite batido com fruta permitida.	<b>ALMOÇO</b> Arroz, feijão, sobrecoxa de frango assada, creme de espinafre (com maisena, sem ovo), salada de couve- de- bruxelas e maçã cozida.	<b>LANCHE DA TARDE</b> Suco de fruta permitida, pão francês com queijo branco.	<b>JANTAR</b> Arroz, feijão, picadinho de carne, farofa de farinha de mandioca (sem ovo), salada de beterraba cozida e arroz doce (sem ovo e sem canela).

## SUGESTÕES DE CARDÁPIO PARA DIETA HIPOALERGÊNICA ADULTOS

<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Leite batido com fruta e pão francês com manteiga.	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta permitida.	<b>ALMOÇO</b> Arroz, feijão, filé de frango grelhado com molho de limão e alcaparras, brócolis refogado, salada de batata e carambola.	<b>LANCHE DA TARDE</b> Leite batido com fruta e bolacha de água com geléia de fruta caseira.	<b>JANTAR</b> Arroz, feijão, miúdos de frango refogados, Abobrinha ao forno, salada de alface, pudim de leite.
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Leite de soja sem sabor com café, pão de forma com manteiga e geléia de damasco caseira.	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Suco de fruta permitida.	<b>ALMOÇO</b> Arroz, feijão, bife grelhado, cenoura cozida e refogada, salada de repolho com rabanete ralado e salada de frutas permitidas.	<b>LANCHE DA TARDE</b> Suco de fruta permitida e biscoito de polvilho.	<b>JANTAR</b> Macarrão (sem ovo) ao molho verde (molho branco de leite de soja batido com espinafre cozido, sem ovos), peito de frango assado, salada de pepino e doce de abóbora caseiro com queijo branco.
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Leite de soja sem sabor com café, pão de forma com manteiga e mamão.	<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Fruta permitida.	<b>ALMOÇO</b> Arroz, feijão, filé de peito de peru grelhado, batata- doce cozida, salada de agrião e doce de pêssego (cozido).	<b>LANCHE DA TARDE</b> Leite, torradas com manteiga e geléia de fruta caseira	<b>JANTAR</b> Arroz, feijão, carne de panela, farofa doce de farinha de mandioca (com pedaços de frutas permitidas, sem ovo), salada de cenoura ralada e cebolinha.

Prof<sup>o</sup>. Dra. Ida Duarte - Responsável pelo Setor de Alergia e Foterapia da Clínica de Dermatologia da Santa Casa de São Paulo, Professora instrutora da Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo, Coordenadora do Depto de Alergia da Sociedade Brasileira de Dermatologia (2001-2003), Advisory Board Member of the American Journal of Contact Dermatitis. • Dra. Roberta Buense e Dra. Rosana Lazzarini - Membros do Depto de Alergia da Sociedade Brasileira de Dermatologia, Médicas voluntárias no setor de Alergia e Foterapia da Clínica de Dermatologia da Santa Casa de São Paulo • Andréa Ferrara - Nutricionista. **Bibliografia consultada:** - Ballmer-Weber BK. The hypoallergic diet. Ther Umsch 2000; 57(3):121-7. • Bindlev-Lensen et al. Chronic urticaria: diagnostic recommendations. J Eur Acad Dermatol Venereol 2000; 14(3):175-80. • Castillo et al. Food hypersensitivity among adult patients: epidemiological and clinical aspects. Allergo Immunopatol (Madrid) 1996; 24:93-7. • Drouet M. Acute or chronic food allergy: adapted therapeutic and diagnostic procedure. Aller Immunol(Paris) 1997; 29:15-20. • Duarte I. Urticárias crônicas. Conduta. Ars cvrandi 1995; 28:30. • Greaves M. Chronic urticaria. J Allergy Clin Immunol 2000; 105(4):664-72. • Liutu M et al. Etiologic aspects of chronic urticaria. Int J Dermatol 1998; 37(7):515-9. • Rance et al. Food hypersensitivity in children: clinical aspects and distribution of allergens. Pediatr Allergy Immunol 1999; 10(1): 33-8. • Rance F, Dutau G. Labial food challenge in children with food allergy. Pediatr Allergy Immunol 1997; 8(1): 41-4. • Toubi E et al. low-dose cyclosporin in the treatment of severe chronic idiopathic urticaria. Allergy 1997; 52(3):312-6. • Zuberbier T et al. Pseudoallergen free diet in the treatment of chronic urticaria. A prospective study. Acta Derm Venereol 1995; 75(6):484-7. **Referências Bibliográficas:** 1) Henz, BM. The pharmacologic profile of desloratadine: a review. Allergy v.56, p.7-13, 2001. (Suppl. 6). 2) Vuurman, E.F.P.M. et al. Desloratadine does not impair actual driving performance: a 3-way crossover comparison with diphenhydramine and placebo. Poster presented at XIXth Congress of European Academy of Allergy and Clinical Immunology - EAACI, Lisbon, Portugal. July 2-4, 2000.

\* Para mais detalhes antes da sua prescrição, favor ler a bula completa do medicamento. Documentação à disposição da classe médica: cretaria médica - biblioteca - caixa postal: 18388 - Cep 04626-970 - São Paulo - SP