

O nariz humano, além de permitir a passagem do ar que respiramos, possui importantes funções de condicionamento do ar inspirado. A mucosa nasal filtra impurezas, aquece e umidifica o ar que chega assim em melhores condições aos pulmões.

Na presença de poeira em excesso, a capacidade filtrante do nariz pode não ser suficiente, ocorrendo irritação da mucosa nasal e brônquica. No nariz, surgem então as rinites, com sintomas bastante incômodos, como obstrução nasal, coriza e espirros.

Sinusites surgem, na maioria das vezes, secundariamente às rinites, já que estas podem obstruir os canais de drenagem das secreções dos seios paranasais pela congestão mucosa que provocam. Nos pulmões, poderão aparecer bronquite e pneumonia.

Outro fator importante para algumas pessoas é a alergia. Alergia é um mau funcionamento do sistema imunológico com caráter genético, em que o mesmo passa a produzir grandes quantidades de anticorpos contra substâncias pouco agressivas para nós, tais como a poeira doméstica, mofo e pelos de animais. Nesse caso, é a reação desproporcional do organismo que produz os sintomas, e não os agentes, em si. Pessoas que vivem ou trabalham em locais pouco arejados e poeirentos, tais como casas com problemas de infiltração e situadas em estradas de terra apresentam com maior frequência sintomas nasais e brônquicos.

Como medidas de prevenção recomenda-se arejar bem a casa, deixando as janelas abertas, exceto, é claro, as janelas que dão para locais muito poeirentos. Além disso, limpeza diária com pano úmido também é fundamental. As infiltrações devem ser resolvidas, dentro do possível. Evitar uso de produtos de limpeza com forte odor e perfumes. Animais devem permanecer fora da casa e aparelhos de ar-condicionado devem ter seus filtros limpos semanalmente.

Lavagens nasais com soro fisiológico 3 a 4 vezes ao dia são úteis para a higiene e hidratação nasal. Caso persistam os sintomas, consulte um otorrinolaringologista.

Ricardo Rodrigues Figueiredo
Otorrinolaringologista