

## MISTURA DE LACTONAS SESQUITERPÊNICAS

Os testes que lhe fizeram revelaram alergia de contacto à **Mistura de lactonas sesquiterpênicas**. Esta alergia poderá, pelo menos em parte, ser responsável pela sua doença da pele. É importante que se familiarize com estes químicos. Para prevenir o reaparecimento da doença, deverá evitar, quando possível, o contacto com produtos que contenham estes químicos.

Nesta mistura estão incluídos: Alantolactona, Dehidrocostolactona e costunolide.

Estes químicos são encontrados em grande quantidade de várias plantas pertencentes à família *Asteraceae* (também chamada de *Compositae* ou Compostas), como a *Saussurea lappa*. Esta família contém mais de 20.000 espécies diferentes, das quais mais de 200 são causas conhecidas de dermatite (ex: margarida, girassol, crisântemo). No entanto, é de salientar que as lactonas também podem existir em plantas de outras famílias: ***Lauraceae*, *Apiaceae*, *Burseraceae* e *Magnoliaceae***.

### Onde se encontram as lactonas sesquiterpênicas?

- 1) Plantas – Exemplos: Margaridas, crisântemos, malmequeres, girassóis, cártamos, artemísias, ambrósias, flores de calêndula, pot-pourri, milefólios (mil-folhas), equináceas, gerberas, calêndulas, dâlias, tagetes (flor-dos-mortos, cravo-de-burro, cravo-amarelo, cravo-de-defunto, cravo-africano, cravo-da-índia e rosa-da-índia), zínias, arnicas, tanacetos, dentes de leão, assa-peixe, ervas-daninhas, cardos, erva-mijona (Fedegosa, Funcho-de-burro)
- 2) Vegetais – Alface chicória, alcachofra, camomila, absinto, estragão, yacon (*Smallanthus sonchifolius*), alcachofra, endívia
- 3) Cosméticos, perfumes e produtos de higiene
- 4) Medicamentos tópicos

### Que outros nomes pode ter nos rótulos das embalagens?

Alantolactone, Costunolide, Dehydrocostunolide, Costus Lactone, Dehydrocostus Lactone.

Esta não é uma lista completa, uma vez que os fabricantes introduzem e removem químicos das suas linhas de produção com regularidade.

### Atitudes que pode tomar para ajudar a controlar a sua alergia de contacto:

**Esteja atento...** leia os rótulos das embalagens. Deve sempre ler a composição dos produtos nas embalagens. Este deve ser o seu primeiro passo cada vez que compra um produto, uma vez que os produtores, por vezes, mudam a composição dos produtos. Se tiver alguma dúvida, consulte o seu médico assistente.

**Teste o produto primeiro.** Se comprar um produto novo, deve testá-lo numa pequena área de pele para confirmar se desenvolve reacção antes de usar o produto numa extensa superfície corporal.

**Informe as pessoas** que lhe fornecem serviços da sua alergia de contacto. Deve incluir o seu médico, farmacêutico, cabeleireiro/barbeiro, florista, veterinário, etc.

**Informe o seu empregador se a fonte da sua alergia tiver origem profissional.** Deve identificar a fonte específica do químico e tomar as medidas necessárias para evitar exposição adicional. Pode incluir roupa/material de proteção ou pode necessitar de realizar mudanças nas suas atividades laborais. Você e o seu empregador beneficiam ambos quando a causa da dermatite de contacto ocupacional é eliminada.

**Procure na internet em sites de confiança.** A internet é uma excelente fonte de informação de ingredientes e pode pesquisar por produto, por companhia e por químico específico. Alguns links úteis são: [www.nlm.nih.gov/pubs/factsheets/factsheets.html](http://www.nlm.nih.gov/pubs/factsheets/factsheets.html) (U.S. Dept. of Health and Human Services), [www.nlm.nih.gov/pubs/factsheets/factsbj.html](http://www.nlm.nih.gov/pubs/factsheets/factsbj.html) (U.S. Dept. of Health and Human Services); [www.cosmeticsinfo.org](http://www.cosmeticsinfo.org) (Cosmetic Industry Category Ingredient Database).

Médico: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/20\_\_\_\_