



25 de setembro | Dia Mundial do Pulmão

Asma: a importância do controlo da doença pela saúde dos pulmões

A asma é uma doença respiratória crónica cuja prevalência tem vindo lentamente a aumentar e afeta cerca de 700 mil portugueses, sendo muito prevalente nos jovens (sensivelmente 175 mil crianças e adolescentes). Por ser uma doença respiratória crónica, requer um controlo diário para prevenir os sintomas, a deterioração da função pulmonar e as exacerbações/crises.

O diagnóstico assenta numa história clínica com sintomas variáveis em intensidade e no tempo (tosse, pieira, dispneia, toracalgia..) e na demonstração de limitação variável do fluxo expiratório. O diagnóstico deve ser, sempre que possível, feito antes do início de tratamento de manutenção, porque este, ao diminuir sintomas, a variabilidade e a hiper-reatividade brônquica, torna o diagnóstico mais difícil.

Debatemos-mos diariamente com um problema de subdiagnóstico da doença que deve-se, em parte, à má perceção dos doentes que procuram menos os cuidados de saúde mas também à menor sensibilização dos profissionais de saúde para uma procura ativa do diagnóstico a par com as dificuldades/desigualdades nacionais na realização de um estudo funcional respiratório. Mesmo nos doentes a quem o diagnóstico foi feito, quase metade não tem a sua asma controlada (43% da população geral asmática e 51% das crianças) e aceitam queixas persistentes ou recorrentes bem como as limitações das atividades da vida diária e de atividades desportivas.

É fundamental realçar que o controlo total pode ser alcançado e leva a que os doentes tenham uma vida normal e sem limitações! Para isso é fundamental a avaliação correta da gravidade da doença e o início/ajuste da medicação inalada que permita controlar os sintomas, evitar a deterioração da função pulmonar e diminuir o risco futuro com um controlo da parte “menos visível da doença”.

O tratamento que passa por medicação inalada, com uma base de corticoide inalado, quer em terapêutica fixa quer em variável, à qual se associa 1 ou 2 fármacos broncodilatadores (e eventualmente mais outro fármaco controlador) é muito segura e muito eficaz. O não cumprimento do tratamento pode trazer consequências nefastas e morte, mesmo em estadios iniciais de doença.

E é importante lembrar que da correta avaliação da terapêutica da asma, faz parte o ensino inalatório e sua verificação/ajuste regular, bem como um plano definido de ação. Nos casos

mais complicados, a referenciação para unidade hospital não deve ser protelada, porque estes doentes não controlados, com agudizações frequentes e ciclos de corticoides sistémicos (muitas vezes vistos apenas nos serviços de urgência e em consultas não agendadas) têm grande perda de qualidade de vida, elevadas de absentismo escolar e profissional, risco de deterioração funcional e de efeitos adversos das medicações de SOS.

Quando nos deparamos com casos de Asma grave, e após correta fenotipagem da doença, existem disponíveis terapêuticas biológicas altamente eficazes, que podem mudar a vida do doente asmático, sendo para isso necessário um maior nível de alerta de todos e uma referenciação precoce.

Quem sabe, num futuro próximo, assistiremos à criação de períodos dedicados nos Cuidados de Saúde Primários à asma e outras doenças respiratórias para juntos, tratarmos melhor os nossos pulmões!

Lígia Fernandes

Pneumologista no Hospital Distrital da Figueira da Foz-EPE

Coordenadora da Comissão de Asma e Alergologia Respiratória da Sociedade Portuguesa de Pneumologia