

TIRE SUAS DÚVIDAS SOBRE A ASMA



Respiração obstruída e dificuldade na entrada e saída do ar dos pulmões podem ser indícios de vários problemas respiratórios, inclusive de asma. Essa doença se caracteriza pela **inflamação crônica das vias aéreas** e ocasiona a liberação de substâncias que provocam contração dos músculos que envolvem os brônquios, estreitando o canal de passagem de ar e causando dificuldade na respiração.

O estreitamento das vias aéreas (broncoconstrição) é geralmente reversível, porém, em pacientes com asma crônica, a inflamação pode obstruir, de forma irreversível, o sistema respiratório.

Embora os conhecimentos sobre muitos aspectos da doença tenham avançado nas últimas duas décadas, as causas fundamentais da asma não são ainda conhecidas.

As principais características da asma são:

- **Inflamação crônica das vias aéreas;**
- **Parcial reversibilidade da obstrução ao fluxo do ar;**
- **Hiper-responsividade brônquica a uma variedade de estímulos** (aumento da sensibilidade que ocorre nos brônquios dos pacientes com asma).

QUAIS OS SINAIS E SINTOMAS DA ASMA?

Há muitas causas ou desencadeadores de ataque de asma, que podem ser

uma **reação alérgica** a ácaros do pó, pólen, mofo ou escamas de pele de animal, tosse - principalmente na metade da noite ou início da manhã, aperto no peito (sensação de “peito preso”) e falta de ar (respiração incompleta) com chiado no peito.

A ASMA É UMA DOENÇA HEREDITÁRIA?

Não. Existe, entretanto, uma **predisposição genética e familiar**. O risco de desenvolver a asma na infância está relacionado à presença da doença nos pais. Se um dos pais sofre de asma, o risco de a criança desenvolver a doença é de 25%. Se ambos os pais são asmáticos, essa taxa pode alcançar 50%. Se nenhum dos pais apresentarem asma, o risco cai para 10%. Esse fato não é uma regra, pois o filho de um pai alérgico não será necessariamente uma criança asmática. O contrário também acontece: a criança pode ser o primeiro asmático da família.

QUAIS OS PRINCIPAIS FATORES DE RISCO PARA A ASMA?

A exposição a substâncias que podem provocar uma reação alérgica, particularmente nos primeiros anos de vida, tem a chance de desencadear uma inflamação crônica alérgica nas vias aéreas de indivíduos com predisposição genética.

Outros fatores de risco para o desenvolvimento de inflamações são: infecções virais na infância, ausência de amamentação com leite materno, exposição à fumaça do cigarro de pais

TIRE SUAS DÚVIDAS SOBRE A ASMA



fumantes, poluição atmosférica e dietas com baixos teores de antioxidantes (vitamina C e E) ou ácidos graxos poliinsaturados (ácido linolêico ou ácido graxos ômega -3).

COMO TRATAR A ASMA?

Na crise aguda são administrados medicamentos que abrem rapidamente os brônquios - os **broncodilatadores**. Podem ser utilizados por meio de “bombinhas pressurizadas” ou por nebulizações. Esses medicamentos só podem ser utilizados como drogas de resgate, ou seja, quando há **crises agudas de falta de ar**.

O uso diário máximo de um broncodilatador é de duas inalações a cada 4 ou 6 horas. O uso excessivo coloca a pessoa em risco de níveis tóxicos da droga que podem induzir a batimento cardíaco irregular, especialmente se for cardiopata. A asma é uma doença inflamatória, deve ser tratada, portanto, com anti-inflamatórios.

A doença é classificada em quatro estágios:

- **Leve intermitente;**
- **Leve persistente;**
- **Moderadamente persistente;**
- **Severamente persistente.**

Importante: Os anti-inflamatórios são indicados a partir da asma leve persistente, de forma contínua, mesmo

quando o paciente não esteja em crise. Existem pelo menos três grupos de medicamentos anti-inflamatórios utilizados para a asma:

- **Corticóides:** é o grupo de melhor resultado, utilizados sempre por via inalatória;
- **Cromonas:** utilizados em crianças por inalação, são empregados principalmente na asma leve;
- **Modificadores de leucotrienos:** já liberados para crianças maiores de seis meses, sempre por via oral, podendo ser administrados em associação com os corticóides inalados, quando estes sozinhos não controlarem a doença.

CONHECER, TRATAR E ACOMPANHAR!

Para que o paciente siga o tratamento adequado, é importante que receba informações consistentes sobre a doença. Entretanto, somente a informação não modifica comportamentos. É essencial que haja uma ótima relação com o médico e que cada etapa do tratamento fique clara, evitando ansiedade e preocupações por parte do paciente.

- A asma é um grave problema de saúde, mas com cuidados e tratamentos corretos a pessoa pode controlar os sintomas e levar uma vida normal.