

# Dia Mundial da Asma: “É preciso recordar que a asma é uma doença e existe”

O Dia Mundial da Asma assinala-se a 7 de maio.

Maio 07, 2019

O Dia Mundial da Asma assinala-se a 7 de maio. Foi a propósito deste dia que falámos um pouco com a pneumologista Rita Gerardo sobre esta doença – como surge e quais os sinais a que devemos estar atentos, bem como sobre o seu impacto na vida dos doentes.

## **No dia 7 de maio assinala-se o Dia Mundial da Asma. O que é a asma e como afeta a qualidade de vida do doente?**

**RG:** A asma é uma doença que se caracteriza pela inflamação crónica das vias aéreas. É definida pela presença de vários sintomas respiratórios, os quais podem variar ao longo do tempo e em intensidade. Os sintomas podem resolver-se espontaneamente ou em resposta à medicação administrada e podem permanecer ausentes durante semanas a meses.

Os sintomas associados à asma podem ser incapacitantes, nomeadamente quando falamos de intolerância ao esforço, dificuldade em respirar, cansaço, pieira (“gatinhos no peito”). Por vezes e, em muitos casos, estes sintomas impedem a realização das atividades do dia-a-dia, seja em casa seja no local de trabalho/ escola. As crises de asma, caracterizadas por sintomas mais intensos e difíceis de controlar, implicam, em muitos doentes, ida a consultas não agendadas no centro de saúde ou no hospital ou ao serviço de urgência. Podem ainda incluir internamento hospitalar e absentismo laboral ou escolar.

## **Que fatores estão associados à origem da asma?**



**RG:** A origem da asma não está ainda esclarecida. Algumas exposições ambientais parecem estar relacionadas com o aparecimento da asma, mas não está comprovado. Em muitos doentes a asma é alérgica, no entanto, outros doentes não têm qualquer alergia. Em muitos doentes a asma parece estar relacionada com a obesidade, no entanto, outros doentes têm peso normal. Existe o fator genético, já que se verifica a presença de asma em vários membros da mesma família, mas, a presença de asma em um elemento da família, não é fator de risco suficiente para o surgimento de um novo caso.

**A asma é uma doença de elevada prevalência, estimando-se que cerca de 40% dos doentes em Portugal não estão controlados. Como podemos, em sociedade, contribuir para reduzir este impacto?**

**RG:** Apesar do que estes números dizem, a asma é uma doença relativamente fácil de controlar. É necessário, no entanto, a sua toma regular da medicação e de acordo com a indicação do médico assistente. Existem muitos mitos relacionados com a asma, estando a grande maioria, errados. A asma é uma doença crónica, logo não tem cura. Tem, no entanto, uma característica diferente de outras doenças crónicas que é a capacidade de permanecer assintomática (ou seja, sem se manifestar) durante períodos de tempo que podem ser relativamente longos. Muitos doentes interpretam essa ausência de sintomas como “cura” da doença e abandonam a medicação e a consulta. Outra situação frequente e que conduz ao não controlo da doença é a ideia (errada) que a medicação para a asma faz mal. É preciso, não obstante, cumprir as indicações médicas nomeadamente em relação à dose de medicação.

**Na sua opinião, que razões temos hoje para assinalar o dia? Considera que marcar este dia é relevante? Em que sentido?**

**RG:** O dia mundial da asma deve ser celebrado, primeiro, porque é preciso recordar que a asma é uma doença e existe. Apesar de, na maioria dos doentes, a asma ser ligeira a moderada, numa pequena percentagem, a asma é grave e com várias consequências para o doente. Em segundo lugar, apesar de ser uma doença relativamente benigna e com baixa taxa de mortalidade, a asma pode matar. É importante relembrar a importância de cumprir a terapêutica e de reconhecer quando a crise não está a responder ao tratamento e é necessário recorrer ao serviço de urgência, ou seja, reconhecer os sinais de alarme. Em terceiro lugar, apesar de ser uma doença com um tratamento simples, muitos doentes não estão controlados. A asma é uma doença inflamatória crónica, logo é necessário manter os níveis de inflamação no valor mínimo de modo a evitar o desenvolvimento de sintomas. Para atingir este objetivo, é necessário cumprir a medicação e manter a vigilância na consulta.

**Que mensagem gostaria de deixar, como médica, aos doentes de asma e aos seus cuidadores?**

**RG:** No geral, a asma é uma doença com fácil controlo e com a qual é relativamente simples viver.

É necessário cumprir a medicação, mesmo quando o doente se encontra assintomático e quase “se esquece” que tem a doença. A medicação é sempre importante.

---

**Source URL:** <https://www.novartis.com/pt-pt/stories/dia-mundial-da-asma-e-preciso-recordar-que-asma-e-uma-doenca-e-existe>

**List of links present in page**

- <https://www.novartis.com/pt-pt/pt-pt/stories/dia-mundial-da-asma-e-preciso-recordar-que-asma-e-uma-doenca-e-existe>
- <https://www.novartis.com/pt-pt/taxonomy/term/61>