

i Nesta edição:

Maio: Asma Brônquica

Dica de saúde

Dica de saúde

Os mais comuns elementos responsáveis por desencadear crises de asma são os ácaros, poeira, resíduos da descamação de pelos de animais, cigarro e ambientes sem circulação de ar. O cuidado e a redução à exposição a estes elementos auxiliam na redução da frequência/gravidade das crises.



- A natação pode ser um bom exercício, entretanto, deve sempre ter a orientação de um profissional especializado;

- Usar pano úmido, para tirar a poeira da casa ao invés de espanador;

Trocar a roupa de cama duas vezes por semana e lavá-las com água quente;

Evitar carpetes, tapetes e cortinas pesadas em casa, pois facilitam a presença de ácaros;

Fazer limpeza do nariz diariamente e evitar respirar pela boca;

Abrir as janelas do quarto e da casa diariamente (os ácaros não sobrevivem a luz e ventilação).



DEFINIÇÃO

Asma é uma doença inflamatória crônica, caracterizada por reação exagerada das vias aéreas manifestando-se por obstrução ao fluxo aéreo, reversível espontaneamente ou pelo tratamento, com episódios recorrentes de sibilância (chiado no peito), dispneia (falta de ar), aperto no peito e tosse, particularmente à noite e pela manhã ao acordar.

A asma pode ser controlada na maioria dos pacientes. Quando controlada, os sintomas e o número de crises diminuem, o uso de broncodilatadores de alívio torna-se infrequente, a ausência à escola/trabalho se reduz e a atividade física mantém-se normal, bem como a função pulmonar. Em geral, estes objetivos são obtidos com mínimo uso de medicamentos. Com o controle da doença, serão evitados os atendimentos em emergências e as hospitalizações. Se a asma não for bem controlada, pode tornar-se crônica com limitação permanente ao fluxo aéreo, levar à limitação física e social significativa, e até causar consequências irreversíveis.

CLASSIFICAÇÃO DA GRAVIDADE

A asma pode ser classificada segundo sua gravidade. Estudos demonstram variações, correlacionando à frequência de uso de broncodilatador, sintomas noturnos, classe de medicação necessária para o controle, dose de corticóide inalatório utilizada, número de hospitalizações e alterações funcionais pulmonares.

PRINCÍPIOS DE TRATAMENTO

A terapia deve focalizar, de forma especial, a redução da inflamação,

evitando-se o contato com alérgenos, enfatizando o uso precoce de agentes antiinflamatórios, os quais protegem os indivíduos da progressiva perda da função pulmonar.

EDUCAÇÃO EM ASMA

É de fundamental importância que tanto médicos como pacientes estejam bem informados sobre a natureza da doença e os recursos disponíveis para seu controle. Caso contrário, tanto os esquemas terapêuticos poderão ser equivocados, como os pacientes poderão não aderir ao tratamento. A maneira de proceder dependerá, por um lado, dos recursos do serviço e, por outro, das características dos pacientes. Recomenda-se o uso de folhetos, manuais, reuniões de grupo, conforme as características dos pacientes e a disponibilidade do serviço assistencial.

O médico deve, a cada consulta, lembrar ao paciente e familiar sobre os princípios básicos do tratamento, enfatizando o mais relevante para cada indivíduo.

PROGRAMA BRASIL CARINHOSO

A asma está entre as principais causas de internação entre crianças de zero a seis anos.

Em 2011, do total de 177,8 mil internações no Sistema Único de Saúde (SUS) em decorrência da doença, 77,1 mil foram de crianças de até 6 anos. Além disso, cerca de 2,5 mil pessoas morrem por ano por conta da doença.



A partir de 4 de junho, o Ministério da Saúde distribuirá gratuitamente três medicamentos para asma dentro do programa "Farmácia Popular". São eles: brometo de ipratrópio, dirpropionato de beclometasona e sulfato de salbutamol.

A gratuidade deve beneficiar até 800 mil pacientes por ano. Atualmente, o programa Farmácia Popular atende 200 mil pessoas que adquirem medicamentos para o tratamento de asma com até 90% de desconto nas unidades da rede própria e privada. Com a gratuidade, a estimativa é que este número possa quadruplicar. A venda dos medicamentos para asma foi a que mais apresentou crescimento nas farmácias populares, chegando a 322% de aumento entre fevereiro de 2011 e abril de 2012.

Você Sabia?

Todo medicamento, até o mais simples, pode causar efeitos indesejáveis graves, como reações alérgicas e hemorragias.

Uma pesquisa realizada em 2008, em Montes Claros (MG), aponta que da população/amostra analisada:

- 75,74% tem o hábito de comprar os medicamentos de venda livre comercializados em embalagens primárias;

- 63,45% relataram nunca pedir a bula ou questionar o farmacêutico sobre os possíveis riscos que podem ser desencadeados por medicamentos isentos de prescrição (MIPs);

- 56,11% não tinham conhecimento que os medicamentos em estudo devem vir acompanhados com a bula;

- 82,16% disseram não importar com as informações esclarecidas pela bula. O uso incorreto de medicamentos pode atrasar o reconhecimento das doenças ou até mesmo agravá-las.