

ASMA - conceitos importantes

O que é a ASMA?

O termo Asma deriva de uma palavra grega - ασμα - que significa ofegante, ou com dificuldade na respiração. Reconhecida desde há mais de 2000 anos, é uma das doenças crónicas mais frequentes no mundo, sendo a principal doença crónica na idade pediátrica. Não pode ser curada, mas pode ser tratada.

A Asma é uma doença inflamatória crónica dos brônquios caracterizada por sintomas respiratórios, tais como: pieira (chiadeira peito ou “gatinhos”), dispneia (falta de ar), aperto torácico ou tosse, que variam em intensidade e duração, alternando com períodos livres de sintomas.

Os sintomas de asma podem ser desencadeados e/ou agravados por vários factores: exposição a substâncias a que o paciente é alérgico (alergénios) e a produtos irritantes (como detergentes ou outros produtos químicos, tabaco, poluição, poeiras, odores intensos), exercício físico, infecções respiratórias, “stress” emocional.

Algumas doenças que possam existir concomitantemente (co-morbilidades) também podem contribuir para o agravamento dos sintomas de asma, tais como: a obesidade, a rinite alérgica, o refluxo gastro-esofágico ou a ansiedade.

Em Portugal, existem cerca de 700 000 mil portugueses com asma, ou seja, 1 em cada 15 pessoas, a maior parte em idade escolar ou laboral.

Como se diagnostica a ASMA?

O diagnóstico é essencialmente clínico, com base nos sintomas atrás referidos, mas deve ser complementado pela realização de uma espirometria com broncodilatação, um exame que avalia de forma simples a capacidade de mobilização do ar.

Como se trata a ASMA?

As crises de asma podem ser comparadas à ponta de um iceberg, ou seja, a parte mais visível do problema. Mas, dentro do conceito de asma como doença crónica, o mais importante é o seguimento regular para a avaliação da necessidade de tratamento de manutenção e/ou ajuste da terapêutica..

O tratamento da asma é baseado na frequência e gravidade dos sintomas, no risco de crise, em eventuais (e raros) efeitos secundários da medicação e na avaliação da resposta inicial. É um tratamento dinâmico e o doente deverá ser reavaliado periodicamente.

Deve-se começar por identificar eventuais factores desencadeantes/agravantes a que o paciente possa estar exposto (alergénios, produtos irritantes) e instituir medidas de evicção/controlo ambiental. Outra medida importante é a prevenção de infecções (vacinação e/ou imunoestimulantes)

A abordagem do tratamento da asma pode ser dividida em tratamento de manutenção (terapêutica diária com o objectivo de reduzir a inflamação persistente dos brônquios) e tratamento da crise.

Actualmente existem medicamentos (na sua maioria inaladores) que são muito eficazes e seguros, desde que utilizados estritamente de acordo com a prescrição médica (nomeadamente, não são nocivos para o coração, o que constitui um dos receios mais frequentes verbalizados pelos pacientes nas consultas).

Existem vários dispositivos para administração de fármacos através da via inalatória, sendo sempre seleccionado aquele que melhor se adapta à condição particular de cada paciente. Uma técnica inalatória correcta é fundamental para que o medicamento seja administrado de forma eficaz. Neste contexto, o ensino e treino da técnica inalatória na consulta é fulcral para o sucesso terapêutico.

A asma de causa alérgica, em casos criteriosamente seleccionados, pode ser tratada com “vacinas anti-alérgicas”.

O tratamento adequado das co-morbilidades é fundamental para o controlo eficaz da asma, pelo que muitas vezes é importante uma abordagem multidisciplinar.

O que é e qual a importância de avaliar o controlo da ASMA?

O grau de controlo da Asma pode ser definido pela forma como os sintomas se manifestam com ou sem tratamento. Para calcular grau de controlo, avalia-se a resposta a perguntas referentes a sintomas, à interferência na atividade diária e à necessidade de medicação nas últimas 4 semanas.

No inquérito epidemiológico da asma em Portugal, concluiu-se que 43% da população asmática não estava controlada, mas 88% tinha respondido que considerava a sua doença controlada.

Esta falta de perceção é uma das responsáveis pela manutenção de queixas e ainda há muitos doentes que se habituam a viver com sintomas, o que, atualmente, não se justifica.

Uma asma não controlada é uma ASMA GRAVE?

A falta de controlo da Asma não está directamente relacionada com a gravidade da mesma: o nível de medicação necessária para o controlo é que permite classificar a asma de ligeira a grave.

Quando a asma não está controlada e atingimos o nível máximo de medicação, podemos dizer que se trata de uma ASMA GRAVE. Neste patamar, a terapêutica com biológicos é uma opção, mas, para tal, é necessário identificar qual a etiologia (origem) da asma (endótipo) para podermos adequar a escolha do biológico. Estes doentes requerem uma abordagem rigorosa e sistemática no seu diagnóstico e tratamento, de preferência realizada por uma equipa multidisciplinar, pelo que devem ser encaminhados para Centros Especializados.

Em resumo, a asma é uma doença crónica cujo tratamento na maioria dos casos é eficaz e seguro, permitindo o controlo da doença e uma boa qualidade de vida dos pacientes. O tratamento deve ser sempre adaptado às características particulares de cada paciente e, por isso, o seguimento em consulta de especialidade é fundamental.

Carlos Neto Braga
Médico especialista em Imunoalergologia

Links úteis:

<https://ginasthma.org>

<https://www.spaic.pt>

<http://apa.org.pt>