



MEDICINA

A sensibilização e a prevenção são as principais formas de controlar a pneumonia, uma doença inflamatória nos pulmões. Para travar esta enfermidade, a União Europeia aconselha a vacinação a partir das seis semanas de vida. A verdade é que a pneumonia mata e os números não deixam ninguém indiferente: todos os anos, morrem cerca de três milhões de pessoas no Mundo. Estivemos à conversa com o doutor Robalo Cordeiro, médico pneumologista e presidente da Sociedade Portuguesa de Pneumologia (SPP), que nos chama a atenção para o facto da deteção atempada poder significar a diferença entre perder ou salvar uma vida.

Atenção aos sintomas

O que é a pneumonia?

É uma infeção do pulmão que afeta, sobretudo, os alvéolos. Pode ser causada por microrganismos, como bactérias, vírus ou fungos. A bactéria *streptococcus pneumoniae*, vulgarmente designada como pneumococo, é o principal agente causador. É responsável por 30 a 75 por cento dos casos em adultos, mas pode afetar doentes de todas as idades.

Quais os sintomas?

Tosse com expetoração, febre, calafrios, falta de ar, dor no peito quando se inspira fundo, vômitos, perda de apetite e dores no corpo são alguns dos sintomas da pneumonia.

64 **maria**

ESPECIALISTA ESCLARECE DÚVIDAS

PNEUMONIA

TUDO O QUE DEVE

saber sobre a DOENÇA!

A deteção precoce pode significar a diferença entre perder ou salvar uma vida. Feche as portas à pneumonia.

Quadros de gripe que não apresentem melhorias, ou que piorem progressivamente, também devem ser alvo de atenção.

A maior parte das pessoas desconhece a sintomatologia?

A deteção atempada pode significar a diferença entre perder ou salvar uma vida. Segundo os resultados de um questionário que a SPP realizou, a maioria dos portugueses não sabe identificar os principais sintomas: 96 por cento dos inquiridos já tinha

ouvido falar, mas apenas 38,2 por cento conhecia os sintomas. Das inquiridas, 71 por cento afirmou não saber distinguir gripe de pneumonia.

Quais as formas de prevenção?

A vacinação antipneumocócica é a melhor forma. A prevenção também inclui a vacinação antigripal, a redução do consumo de tabaco e o tratamento de doenças que possam facilitar o aparecimento de pneumonias. Devemos, ainda, evitar ambientes com grande aglomeração de

A RETER

- Na União Europeia, a vacinação é aconselhada a partir das seis semanas.
- O pneumococo é responsável por, aproximadamente, três milhões de mortes por ano em todo o Mundo.



Sabia que...

... existem cerca de 80 tipos de pneumococo, bactéria responsável pelo desenvolvimento da pneumonia?

4 TIPOS de CONTÁGIO

FUNGOS: Mais comum em zonas de clima tropical, semiárido e vales fluviais. Na maior parte das vezes, as pessoas não se apercebem que aspiraram um fungo;

BACTÉRIAS:

Este tipo de pneumonia deve ser tratada com antibiótico;

VÍRUS: Na maioria dos casos, o organismo elimina o vírus naturalmente;

QUÍMICA:

Causada pela inalação de substâncias agressivas para os pulmões.

peças – nomeadamente, na época de maior infeção gripal –, proteger-nos do frio, fazer uma correta hidratação e praticar uma alimentação saudável.

Pode ser mortal!
A vacinação é aconselhada a partir de que idade?

Está indicada, na União Europeia, para todas as pessoas a partir das seis semanas de vida. A maior proteção é necessária na infância, no envelhecimento ou nas doenças que diminuem as defesas do organismo. São vários os esquemas vacinais. No caso dos recém-nascidos, deve

(continua página seguinte)



MEDICINA

Maioria das mortes É EVITÁVEL

RASTREIOS em Lisboa

Com o intuito de assinalar este dia, a Sociedade Portuguesa de Pneumologia vai estar na Praça da Figueira. A 12 de novembro, serão feitos rastreios e aconselhamento por profissionais. Pode dirigir-se à unidade de saúde disponível no local para recolher informações sobre a doença, formas de prevenção e fazer testes de espirometria (medição da quantidade de ar que uma pessoa é capaz de inspirar e expirar).

12 de novembro
DIA MUNDIAL
DA PNEUMONIA

(continuação do página anterior)

ser feita em quatro doses. Nos restantes casos, pessoas a partir dos seis anos que ainda não tenham sido vacinadas podem receber uma dose única. Acima dos 50, deve também fazer uma única dose da vacina. Para além da pneumonia, a vacina antipneumocócica previne formas graves da infeção por pneumococos, como a meningite e a septicemia, e outras menos graves, como a otite média aguda e a sinusite.

Pode ser mortal?

Sim, é uma doença com consequências graves para o doente. Só no ano passado, de acordo com o relatório Morbilidade Hospitalar 2013, da Direção-Geral da Saúde, matou uma média de 23 pessoas, por dia, em Portugal.

É uma doença sazonal?

Há internamentos e mortes ao longo de todo o ano, embora haja uma maior incidência de casos no outono/inverno. Estima-se que a interação entre o vírus da gripe e o principal agente causador de pneumonias, o pneumococo, aumente o risco de pneumonia pneumocócica cerca de 100 vezes.

Cem mil afetados por ano

Quais são os grupos de risco?

A idade é um fator de risco. Idosos e crianças são os mais vulneráveis, bem como pessoas com outros problemas de saúde, como a diabetes, doença hepática crónica e sistema imunológico frágil, como é o caso de infetados com VIH, transplantados ou em processo de quimioterapia. Indiví-

duos com doenças pulmonares, como asma ou enfisema, com dificuldade em tossir e deglutir, que usam ou usaram sedativos, com mobilidade limitada ou acamados.

É uma das principais causas de morte evitáveis?

A maioria dos óbitos por pneumonia seria evitável, ou não fosse ela uma das principais causas de morte preveníveis através de vacinação. Apesar dos inúmeros esforços levados a cabo para sensibilização, a infeção por *streptococcus pneumoniae* continua a ser uma causa importante de morbilidade e mortalidade à escala global.

Quantos portugueses afeta?

Diretamente pode afetar, anualmente, em Portugal, cerca de cem mil pessoas.

Texto: Marta Matreno; Fotos: Impala