



ESSENCIAL DIAGNOSTICAR ATEMPADAMENTE

DPOC: uma doença progressiva

A DPOC é uma doença pulmonar obstrutiva crónica que, como o próprio nome indica, implica a obstrução das vias aéreas, resultando numa inflamação provocada por diversos agentes que podem ser inalados, sendo a principal causa o fumo do tabaco. Há também outras causas para o aparecimento desta patologia, tais como a exposição à combustão de biomassas, como as madeiras, nomeadamente nas lareiras domésticas, e o aquecimento de alimentos e das casas, sobretudo nos meios rurais, e ainda a poluição ambiental.

Os não fumadores representam 10-15% das pessoas que têm DPOC, mas os hábitos tabágicos continuam a ser a razão mais forte para o diagnóstico desta doença progressiva crónica: a dificuldade respiratória e a incapacidade de realizar exercício físico ou de levar a cabo tarefas do dia-a-dia vão ocupando uma parte crescente das suas vidas. Quando falamos em DPOC, o mais importante é, para além da prevenção, a necessidade de diminuir os hábitos tabágicos na população portuguesa e diagnosticar a doença o mais cedo possível, um objectivo prioritário quando a estratégia utilizada tem como ponto central a diminuição da sua prevalência, a fim de minimizar as consequências desta doença.

É essencial diagnosticá-la no período em que ainda é possível obter alguma resposta a partir do tratamento. Muitos são os doentes que desenvolvem bronquite ao longo dos anos e que a desvalorizam, na sua maioria fumadores, assim como o fazem em relação ao agravamento das suas queixas (expectoração de volume crescente, maior dificuldade respiratória ou cansaço). Assim, a realidade demonstra que, na maior parte das vezes, os doentes com DPOC chegam ao seu médico, ao hospital ou às urgências em estádios muito avançados.

Prevalência de uma doença progressiva

Inúmeros são os estudos efectuados ao longo dos anos na prevalência da DPOC. Uma investigação realizada há 10 anos indicava que 5 a 6% da população portuguesa vivia com esta doença. Mais recentemente, há um ano, foi efectuada uma outra avaliação, baseada numa estratégia internacional, que demonstrou ser de 14% a população que apresentava sinais de obstrução correspondente a DPOC, um valor que acompanha o aumento do consumo de tabaco em anos anteriores,



Prof. Doutor Carlos Robalo Cordeiro

Presidente da Sociedade Portuguesa de Pneumologia (SPP)

sendo que apenas 5% destes doentes tem conhecimento do seu diagnóstico.

Acreditamos que a legislação que restringe o consumo de tabaco em determinados locais possa ter contribuído para uma ligeira diminuição dos hábitos tabágicos. Verificámos, também, que tem ocorrido uma diminuição da exposição ao tabagismo passivo por parte de indivíduos não fumadores. Nos últimos quatro ou cinco anos, este consumo «forçado» diminuiu cerca de 5%, sendo Portugal um dos países da União Europeia (UE) com melhor evolução a este nível. Esperamos que daqui a 10 ou 20 anos a realidade possa ser diferente, mais favorável.

Como prevenir esta doença?

Do ponto de vista da prevenção primária, o mais importante é impedir que as crianças e jovens de todos os graus de ensino se iniciem neste consumo. No que diz respeito aos fumadores, é importante que estes sejam apoiados, criando condições para que estes possam integrar programas de evicção tabágica. Deste modo, é fundamental disseminar as consultas de desabituação tabágica, nomeadamente no âmbito da Medicina Geral e Familiar, criando ainda a possibilidade de fornecer medicação de apoio e eventualmente promover o estímulo à sua participação.

É ainda essencial proteger os não fumadores e acreditamos que a legislação vigorante está a exercer um papel muito importante neste sentido, vindo a revelar-se bastante eficaz. Também é importante que, do ponto de vista profissional, os ambientes estejam livres de fumos, desempoeirados e com condições de respiração saudável. Evitar o agravamento de agudizações da doença ou até retardar a fase mais deletéria da mesma poderá passar também pela vacinação sazonal da gripe durante o Inverno e também pela vacinação pneumocócica, a qual constitui uma das formas mais frequentes de pneumonia em Portugal.

Tratamento

O tratamento desta doença é principalmente de natureza inalatória, nas fases iniciais, e implica o recurso a medicamentos broncodilata-





dores nas vias aéreas. Em situações clínicas mais graves, os doentes devem recorrer a corticosteróides inalatórios. Por vezes, a situação destes doentes é tão grave que, dada a insuficiência respiratória da qual sofrem, acabam por ter de recorrer a oxigénio domiciliário e também ao uso frequente de mucolíticos e ainda de antibióticos.

Os cuidados que estes doentes precisam de ter devem, também, ser alvo de atenção, sobretudo com a chamada higiene brônquica, nomeadamente através de uma boa hidratação e ainda, dentro das possibilidades do doente, o estímulo a uma actividade física eficaz. O objectivo é que haja uma diminuição das secreções brônquicas e também uma melhoria da força e função musculares, sendo fundamental que os músculos respiratórios se tornem mais capazes.

Aconselhamento farmacêutico

Do ponto de vista do aconselhamento farmacêutico, a primeira atitude é atender à prevenção na época sazonal. O farmacêutico, tal como o médico e todos os actores da Saúde, exercem, neste contexto, um papel muito importante, também no que concerne à terapêutica inalatória, a qual é a base do tratamento para a DPOC: é crucial efectuar o ensino do doente, assim como a observação de diversos tipos de inaladores. O doente deve sentir-se à vontade no uso destes dispositivos, os quais devem ser o mais adaptados possível às suas capacidades, particularmente quando falarmos de pessoas idosas ou com dificuldades ou défices musculares.

Mais do que fazer um «simples» aconselhamento preventivo, aplicando todas as abordagens antitabágicas, é importante que o doente compreenda que a farmácia é uma alternativa muito capaz de transmitir este tipo de informação, através das demonstrações de técnicas de

inalação para a terapêutica indicada para a DPOC e do esclarecimento de todas as dúvidas que possam surgir. É, também, desta forma que os farmacêuticos revelam o seu saber.

«Dar a voz pela DPOC»

Atenta às necessidades da população portuguesa e tentando acompanhar a actualidade, a Sociedade Portuguesa de Pneumologia conduziu uma iniciativa inovadora, a qual exigiu um forte empenhamento por parte de todos os intervenientes. A 16 de Novembro, marcado no calendário como o Dia Mundial da DPOC, a SPP promoveu a realização de um *flashmob*, sob o lema «Dar a voz pela DPOC».

A actividade consistiu no aparecimento de pessoas de forma inesperada na Gare do Oriente, em Lisboa, em horas de particular afluência de público. Estiveram, no local, quatro cantores líricos que deram verdadeiramente a voz pela DPOC. Este vídeo já teve mais de 130 mil visualizações no *Youtube*. Construímos também uma página na Internet – www.vozpeladpoc.com –, onde disponibilizamos informação diversificada da doença e onde todas as pessoas podem compreendê-la um pouco melhor.

As redes sociais também já demonstram o sucesso da disseminação de todos estes conteúdos e esperamos atingir brevemente meio milhão de visualizações. O desconhecimento da população portuguesa ainda é notório, até mesmo por parte daqueles que estão doentes, motivo pelo qual pretendemos dar a conhecer melhor a doença. É importante que as pessoas, ainda em tempo útil, se dirijam aos seus médicos e possam retirar daí vantagem, no sentido de não deixar a doença evoluir. Acreditamos ter atingido os objectivos a que nos propusemos, com este tipo de acções, até superando um pouco as expectativas iniciais! ■