



Grupo de Estudos de
Doenças Respiratórias
da APMGF



6 de maio – Dia Mundial da Asma

Erros de utilização dos dispositivos inalatórios comprometem eficácia no controlo da asma

Sociedade Portuguesa de Alergologia e Imunologia Clínica, Sociedade Portuguesa de Pneumologia, Grupo de Doenças Respiratórias da Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar e Associação Nacional de Farmácias celebram juntos esta data em ação formativa dirigida a farmacêuticos.

De acordo com o estudo EPI-ASTHMA – **Prevalência e caracterização das pessoas com asma, de acordo com a gravidade da doença, em Portugal**, cujos resultados foram publicados em 2024, cerca de 600 mil adultos portugueses sofrem de asma. Ou seja, na população adulta, a prevalência é de 7,1%, o que faz da asma uma das doenças crónicas mais comuns na nossa população. Do ponto de vista epidemiológico, não tem havido um aumento exponencial do número de casos desde 2011 (na altura a prevalência era de 6,8%), contudo, tem-se verificado um aumento do número de casos mais graves da doença, sobretudo, entre as populações mais jovens, eventualmente, como consequência da exposição ambiental a alérgenos ou agentes desencadeantes ou agravantes dos sintomas (poeiras, gases, fumos), do aquecimento global e do aumento da poluição.

Igualmente relevante é o facto de, também à luz dos resultados do estudo EPI-ASTHMA, 68% dos doentes asmáticos não terem a sua doença controlada. A má adesão à terapêutica e erros comuns na utilização dos dispositivos inalatórios podem justificar parcialmente este indicador, sobre o qual é urgente intervir.

A terapêutica inalatória é o pilar do tratamento da asma e, por esse motivo, este ano, o GINA (Global Initiative for Asthma) propôs como tema de celebração do Dia Mundial da Asma “**Tornar os tratamentos inalatórios disponíveis para todos**”.



Grupo de Estudos de
Doenças Respiratórias
da APMGF



É também sob este mote que a **Sociedade Portuguesa de Alergologia e Imunologia Clínica (SPAIC)**, a **Sociedade Portuguesa de Pneumologia (SPP)**, o **Grupo de Estudos de Doenças Respiratórias da Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar (GRESF)** e a **Associação Nacional de Farmácias (ANF)** uniram esforços numa iniciativa de formação dirigida a farmacêuticos. No dia 6 de maio, pelas 20.30, as quatro entidades vão transmitir uma [sessão *webinar* especialmente dirigida aos farmacêuticos](#) sobre terapêutica inalatória e sobre dispositivos inalatórios.

Segundo Tiago Maricoto, **“a terapêutica inalatória é essencial para o tratamento da asma**, mas a maioria dos pacientes comete alguns erros no manuseio dos dispositivos, o que compromete a sua eficácia terapêutica”. Para melhorar o desempenho na utilização de inaladores, o especialista em Medicina Geral e Familiar sublinha que **“é fundamental investir em programas educacionais estruturados e revisões da técnica inalatória frequentes, que podem incluir estratégias como o treino com dispositivos-placebo, vídeos, folhetos, entre outros”**.

“O plano de tratamento da asma, em que a terapêutica inalatória assume um papel central, consiste num ciclo contínuo entre a avaliação do controlo da asma, o ajuste do tratamento instituído e a monitorização”, afirma Maria João Mendes. De acordo com a farmacêutica, “os corticosteroides inalados são fundamentais no tratamento da asma, ao reduzirem a inflamação crónica das vias aéreas, prevenindo exacerbações e melhorando o controlo a longo prazo da doença”.

Da mesma forma que a escolha da terapêutica farmacológica deve ser personalizada e ajustada a cada doente asmático, é igualmente importante que cada dispositivo inalatório seja eleito em função da preferência e comodidade de cada doente.

A asma fala através dos sintomas

A par da elevada prevalência e da elevada taxa de mau controlo da asma, o subdiagnóstico da doença continua a ser motivo de preocupação. Também de acordo com o estudo EPI-ASTHMA, cerca de 23% dos doentes não estão diagnosticados, ou seja, não sabem que têm a doença e, por



Grupo de Estudos de
Doenças Respiratórias
da APMGF



isso, não fazem qualquer tratamento para controlo dos sintomas. Segundo Ana Mendes, “a asma “fala” através dos sintomas: o diagnóstico não se vê num exame — ouve-se na história clínica. Os sinais da doença são muito claros e identificá-los é a chave para o diagnóstico”. **Dispneia, pieira, tosse, sensação de aperto no peito com variabilidade ao longo do tempo, e cansaço são, segundo a imunoalergologista, alguns dos sintomas cardinais da asma.**

Apesar de, ao longo dos anos, a mortalidade por asma ter vindo diminuir, esta doença continua a ser causa de ida recorrente aos serviços de urgência, de internamento e de consumo de recursos de saúde.

“Uma crise de asma pode ser fatal”, sublinha José Coutinho Costa. De acordo com o pneumologista, os episódios de agudização de asma caracterizam-se por “agravamento progressivo dos sintomas respiratórios – tosse, falta de ar, sibilância e aperto no peito. “Se suspeitar que está a ter uma crise de asma, use a sua medicação de alívio conforme prescrito pelo seu médico. Se os sintomas forem graves ou não melhorarem rapidamente com a medicação, procure assistência médica urgente”, recomenda.