

19 de novembro – Dia Mundial da DPOC

Tosse, cansaço, falta de ar - E se for DPOC?

Assinala-se a 19 de novembro o Dia Mundial da DPOC, uma doença prevenível, tratável, mas que representa uma das principais causas de morbilidade e de mortalidade a nível global. O subdiagnóstico deve-se à desvalorização dos sintomas iniciais da doença e o principal fator de risco continua a ser o tabaco. O Dr. João Neiva Machado, coordenador da Comissão de Trabalho de Fisiopatologia Respiratória e DPOC da Sociedade Portuguesa de Pneumologia, dá resposta às questões mais comuns sobre esta doença que ainda é desconhecida de quase 70% dos portugueses.

- O que é a DPOC?

A Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC) é uma doença respiratória crónica caracterizada pela obstrução persistente e progressiva das vias aéreas, que dificulta a passagem do ar. Associa-se normalmente a inflamação, produção excessiva de muco e a destruição dos alvéolos. É uma doença prevenível e tratável, ainda que subdiagnosticada.

- Como se manifesta?

Os sintomas são, muitas vezes, desvalorizados no início por se atribuírem a outras causas como o tabaco ou a idade, por exemplo. Normalmente, as pessoas com DPOC queixam-se de falta de ar, inicialmente para esforços, mas que se vai acentuando e até poder surgir em repouso. Referem também tosse crónica, com expectoração persistente, fadiga e, ocasionalmente, pieira. Com o evoluir da doença pode manifestar-se por agudizações frequentes (crises de falta de ar e tosse agravadas face o habitual), muitas vezes associadas a infeções respiratórias.

- Quais os principais fatores de risco?

O principal fator de risco é o tabagismo, mas está longe de ser o único. A exposição a poluição (lareiras e fogueiras a lenha, químicos inalados no trabalho) e mesmo poluição atmosféricas são também fatores de risco para DPOC. Pode também surgir DPOC por características próprias do indivíduo como suscetibilidade genética, infeções respiratórias na infância, prematuridade ou até mesmo desenvolvimento pulmonar anormal.

- É uma doença potencialmente fatal?

Sim. A DPOC é uma das principais causas de morte no mundo, sendo que a mortalidade aumenta quando não é diagnosticada nem adequadamente tratada, quando existem exacerbações frequentes e também quando estão presentes outras doenças graves concomitantes, como a doença cardíaca por exemplo. Contudo, com diagnóstico precoce,

cessação tabágica e tratamento adequado, é possível viver muitos anos com boa qualidade de vida.

- De que forma tem impacto na qualidade de vida dos doentes?

A DPOC limita progressivamente a capacidade para atividades do dia a dia, essencialmente pela magnitude dos sintomas como a falta de ar e o cansaço. Os doentes começam a ter dificuldade de realização de tarefas básicas como subir escadas, andar ou trabalhar. Esta limitação pode também associar-se a uma ansiedade e limitação de tal ordem que faça com que os doentes nem tenham vontade de sair de casa. Também as exacerbações repetidas, muitas delas com necessidade de hospitalização, não só interferem muito com a qualidade de vida dos doentes, mas também aceleram o declínio da função pulmonar.

- Em que consiste o diagnóstico?

O diagnóstico baseia-se na identificação de indivíduos com fatores de risco, presença dos sintomas respiratórias e/ou agudizações frequentes já mencionados e, finalmente, na realização de uma espirometria, que é o exame que permite estabelecer o diagnóstico.

- O que é uma espirometria?

A espirometria é um exame da função respiratória, não invasivo (não causa dor nem desconforto) e que pretende medir a quantidade de ar que a pessoa consegue inspirar e expirar, bem como a velocidade com que o ar sai dos pulmões. Na prática, o doente sopra o mais forte e rápido possível para um aparelho (espirómetro). É essencial para o diagnóstico e permite também avaliar a gravidade e monitorizar a evolução.