

Comunicado dos Serviços de Saúde, datado de 6 de Maio de 2024

Serviços de Saúde aproveitam o “Dia Mundial da Asma” para apelar aos residentes para prestarem atenção à asma

A Organização Mundial de Saúde (OMS) definiu a primeira terça-feira do mês de Maio (dia 7 de Maio do corrente ano) como o “Dia Mundial da Asma”, com o objectivo de aprofundar os conhecimentos do público sobre a situação actual da asma, reforçando os conhecimentos dos doentes e do público sobre a prevenção, controlo e auto-gestão da doença. O tema do Dia Mundial da Asma deste ano é “*Asthma Education Empowers*”, o que significa que as pessoas com asma são capazes de controlar o seu estado de saúde.

Causas e sintomas da asma

Actualmente, a causa da asma ainda não está totalmente definida, e são conhecidas as causas mais comuns da doença: se algum familiar já sofreu de asma, eczema ou alergia, a probabilidade de vir a sofrer de asma é maior. Se juntarmos os factores ambientais (por exemplo, contacto com fontes alérgicas, poluição atmosférica, ar frio, fumar, entre outros), é possível causar asma. Estudos evidenciam que o consumo de tabaco por parte de mulheres grávidas aumenta o risco de os bebés sofrerem de asma, e o consumo de tabaco por parte dos pais que moram juntos também aumenta o risco de os seus filhos virem a sofrer de asma.

É provável que sofra de asma quando apresentar os seguintes sintomas, devendo recorrer ao médico o mais rápido possível:

- Tosse contínua ou reiterada (especialmente à noite, durante a mudança de estação, quando está constipada ou depois do exercício);
- Aperto no peito;
- Dispneia, dificuldade respiratória, zumbido (fazer um som de “chiadeira” ao respirar).

Os Serviços de Saúde dão grande importância ao trabalho de prevenção da asma

De acordo com os dados, cerca de 2.500 pessoas recorreram a tratamento médico no Centro Hospitalar Conde de São Januário, nos Centros de Saúde e no Hospital *Kiang Wu* por causa da asma, representando 0,4% da população no final do ano de 2022, semelhante ao ano

passado. Entre eles, a faixa etária de 60 a 74 anos, representou a maior proporção (26,9%).

Os Serviços de Saúde afirmam que o Centro Hospitalar Conde de São Januário procede à avaliação geral para os doentes com asma, incluindo o teste de função pulmonar e o exame de origem alérgica. Ao mesmo tempo, os Serviços de Saúde realizam periodicamente, palestras de saúde aos doentes, orientando-os sobre o uso correcto de medicamentos, e a maioria dos doentes segue os medicamentos prescritos pelo médico, controlando o estado de saúde de forma eficaz.

É de salientar que a cessação tabágica e o distanciamento do fumo passivo, são os meios importantes para a prevenção da asma e do ataque agudo de asma. Os Serviços de Saúde criaram, desde 2006, a “Consulta Externa de Desabitação Tabágica” em diversos centros de saúde, onde os médicos e enfermeiros especializados, prestam serviços gratuitos de consulta e de desabitação tabágica aos residentes que pretendem deixar de fumar. Antes do início do tratamento, os médicos e enfermeiros efectuam uma avaliação pormenorizada aos fumadores, ajudando os fumadores a resolverem os problemas, tais como, os sintomas potenciais de abuso de nicotina, que podem surgir durante o período da cessação tabágica, reduzindo a indisposição física e alcançando o objectivo de abstenção do fumo com sucesso. Em 2023, cerca de 1.726 pessoas recorreram aos serviços de consulta e avaliação sobre a cessação tabágica, o que representou um aumento de cerca de 31% em comparação com o ano de 2022, tendo a taxa de sucesso sido satisfatória. Para mais informações sobre os serviços da “Consulta Externa de Desabitação Tabágica”, os interessados podem digitalizar o código QR em anexo.

Para além de se manterem afastados dos malefícios do tabaco, os doentes com asma devem aprender a utilizar correctamente os medicamentos usados para inalação. Caso o uso de medicamentos usados para inalação não for satisfatório, é provável que o doente não os utilize de forma correcta, por isso, recomenda-se ao doente que consulte o farmacêutico ou, o médico para o aconselhar, e que o utilize sob a orientação do farmacêutico ou, do médico e o pratique repetidamente, de modo a dominar o método correcto de utilização, a fim de controlar melhor a doença.

Os Serviços de Saúde elaboraram um vídeo pedagógico para os doentes com asma sobre o uso correcto de medicamentos usados para inalação, podendo ser digitalizado o código QR no anexo para obter mais informações.

O que os doentes devem prestar atenção

No dia a dia, os doentes com asma devem prestar atenção ao seguinte:

- Se a situação de asma for mais grave ou frequente do que nas estações do ano passado, tiver tosse prolongada e usar medicamentos recomendados pelo médico para tratamento, os sintomas de asma (por exemplo, asma, dificuldade respiratória, entre outros) ainda não estão controlados, deve recorrer o mais rápido possível ao médico;
- A maioria dos medicamentos usados para inalação não cria resistência a longo prazo e, mesmo que se sintam bem após a administração de medicamentos, devem seguir as recomendações dos médicos e aplicar correctamente os medicamentos para evitar o ataque de asma, caso não sejam controlados, podem ser fatais;
- Os medicamentos de alívio (geralmente contendo apenas broncodilatadores) só pode aliviar os sintomas de emergência (solução superficial) e não pode melhorar a inflamação do tumor (cura). Só o uso regular de medicamentos de controlo (glucocorticosteróides), segundo as prescrições médicas, pode impedir a asma (tratamento da causa primária);
- É aconselhável levar consigo broncodilatadores, números de telefone de hospitais e de pessoas de contacto urgente, para casos de emergência e situações de emergência.



**Consulta-externa de desabituação
tabágica**



**Utilização correcta dos medicamentos
usados para inalação**