

2019-04-23 13:20:57

<http://justnews.pt/noticias/tratamento-da-asma-apesas-12-dos-doentes-fazem-de-forma-correta>



Mais de 70% das pessoas com asma «não faz o tratamento de forma correta»

"Muitos dos doentes com asma que estão diagnosticados não têm uma perceção correta do que é um controlo adequado da doença", adverte Cláudia Vicente, médica de família na Unidade de Saúde Familiar (USF) da Mealhada.

Empenhados em contribuir para mudar esta "preocupante realidade", um grupo de profissionais de saúde, membros do Grupo de Estudos de Doenças Respiratórias (GRESP) da Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar, desenvolveu o projeto CAPA - Cuidados Adequados à Pessoa com Asma e tem vindo a realizar ações de formação e de esclarecimento, junto de profissionais de saúde e da população.



Cláudia Vicente

Em declarações à Just News, Cláudia Vicente explica que a próxima ação assume particular relevância, já que decorre no âmbito das comemorações do Dia Mundial da Asma, assinalado este ano a 7 de maio.

Plantação de árvores "onde a qualidade do ar foi alterada"

O evento, que decorre a 4 de maio, realiza-se na Sertã e contará "com o envolvimento dos profissionais de saúde locais", sendo dirigida à comunidade. Vai incluir uma sessão de educação para a saúde, a decorrer na Casa da Cultura da Sertã, onde serão prestados esclarecimentos sobre "o que é a asma" e "o que é uma asma bem controlada".

O programa inclui um "Role-play sobre cuidados adequados à pessoa com asma" e na ação serão divulgados materiais educacionais.



Também no âmbito desta iniciativa, realizou-se o mês passado, igualmente na Sertã, uma formação dirigida aos profissionais de saúde em cuidados primários

Numa segunda parte, terá lugar a plantação de árvores na Sertã: "Trata-se de um gesto simbólico, que procura associar a asma à respiração saudável, na semana em que se comemora o dia mundial da asma". A escolha da Sertã prende-se com o facto de ser um local que foi afetado pelos incêndios no ano de 2017 "e onde a qualidade do ar foi alterada".

O objetivo é, de acordo com Cláudia Vicente, "associar a necessidade de uma pessoa com asma respirar melhor e a importância de uma melhor qualidade do ar, que as árvores proporcionam".

Segundo o outro coordenador do projeto CAPA, Nuno Pina, "esta ação é dirigida à população da zona da Sertã mas, de uma forma geral, queremos que seja um evento que tenha divulgação nos media e possa chegar como uma mensagem às pessoas com asma e aos profissionais de saúde que lidam com a asma".

Diagnóstico e seguimento

"Uma asma não controlada pode traduzir-se numa pior qualidade de vida do nosso doente, nas suas várias dimensões", afirma Nuno Pina, igualmente membro do GRESP e médico de família da USF Tondela.

"A asma pode afetar o doente na sua atividade física, no seu desempenho profissional ou escolar, ou na sua qualidade de sono, por exemplo. Um mau controlo pode conseqüentemente levar a uma utilização excessiva dos recursos de saúde, levar a uma incapacidade grave, e em situações extremas provocar a morte", acrescenta o médico.

De acordo com Cláudia Vicente, dois dos maiores desafios da doença são "o diagnóstico, havendo ainda muitos doentes por identificar, e o seu seguimento, na medida em que os doentes são pouco aderentes ao tratamento, muitas vezes não estando conscientes do risco que incorrem e da perda de qualidade de vida".



Cláudia Vicente e Nuno Pina, coordenadores do projeto CAPA

Nuno Pina refere que, além da desvalorização da necessidade por parte dos doentes, uma das principais dificuldades no controlo da doença é o uso inadequado dos inaladores numa pessoa com asma, bem como a subutilização da medicação de controlo da inflamação das vias aéreas e a sobreutilização da medicação de alívio sintomático.

O médico frisa: "é importante que os profissionais de saúde estejam sensibilizados para a asma e para o controlo da doença e que cada um tenha uma parte ativa na deteção da asma e na verificação do seu controlo, promovendo a verificação regular e ensino da técnica inalatória".

Estima-se que a asma afeta cerca de 700 mil pessoas em Portugal. Globalmente, é uma doença subdiagnosticada e subtratada. De acordo com o projeto CAPA, "quase metade dos asmáticos portugueses não tem a doença controlada (43% da população geral)" e "nem 30% das pessoas com asma fazem o seu tratamento de forma correta". Na verdade, alguns estudos revelam números "ainda mais preocupantes e desanimadores".

Asthma Right Care

O movimento CAPA - Cuidados Adequados à Pessoa com Asma está inserido num projeto mais vasto, o ARC - Asthma Right Care do International Primary Care Respiratory Group (IPCRG), a decorrer em quatro países-piloto, onde se inclui Portugal.

Não será assim de admirar que o lançamento oficial do CAPA tenha ocorrido precisamente durante a 9.^a Conferência Mundial do IPCRG, realizada em Portugal o ano passado.



Apresentação oficial do CAPA

Melhorar o diálogo e "aumentar a consciência dos doentes"

Segundo Cláudia Vicente e Nuno Pina, o movimento CAPA, iniciado em Portugal no último trimestre de 2017, tem sido bem acolhido. Está a ser divulgado entre os profissionais de saúde, nomeadamente entre farmacêuticos, enfermeiros e médicos.

Numa primeira fase, diz Nuno Pina, “temos alertado para a mensagem do uso excessivo de broncodilatadores de curta duração de ação que promove um alívio sintomático, mas não permite controlar a doença e que o seu uso excessivo leva a um pior controlo da mesma”.

Os responsáveis pelo CAPA frisam que o objetivo é "aumentar a consciência dos doentes para a má prática e a necessidade de controlar a sua doença com medicação preventiva".

Está igualmente a ser promovida a formação entre pares e também com os outros grupos profissionais, estando prevista a criação de vídeos que ajudem a divulgar as mensagens.

RÉGUA ASMA

Questões para o próprio prescritor e para a pessoa com asma

1. Se utiliza um agonista beta 2 de curta duração de ação (SABA) / inalador de alívio, qual o número de utilizações que considera aceitável, para uma pessoa com asma num ano, numa semana, ou num dia, antes de considerar necessária uma revisão terapêutica?



CUIDADOS ADEQUADOS À PESSOA COM ASMA

	Aumento no uso de agonistas beta 2 de curta duração de ação. A dose padrão é 2 puffs de cada vez.											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Nº de inaladores de curta duração de ação (SABA) prescritos num ano	200	400	600	800	1000	1200	1400	1600	1800	2000	2200	2400
Doses de SABA utilizados por ano	4	8	12	15	19	23	27	31	35	39	42	46
Doses de SABA utilizadas por semana	< 1	1	2	2	3	>3	4	>4	5	6	>6	7
Doses de SABA utilizadas por dia	Sintomas											

Sugestão: Posteriormente, pergunte à pessoa com asma:
 Nas últimas 4 semanas, quantas vezes usou o inalador de alívio ou medicação em nebulização (ex: salbutamol)?

3 ou mais vezes por dia	1 ou 2 vezes por dia	2 ou 3 vezes por semana	≤1 por semana	Nenhuma vez
-------------------------	----------------------	-------------------------	---------------	-------------

www.nhp.org/provider/asthma/Survey_ACT_adult_EN.pdf



IPCRG
International Primary Care Respiratory Group

Há também algumas ferramentas que têm vindo a ser desenvolvidas, que visam melhorar a comunicação com os doentes, como é o caso da [Régua da Asma](#), desenvolvida pelo International Primary Care Respiratory Group (IPCRG) e traduzida para português pelo GRESP.

Esta ferramenta visa "promover o diálogo sobre a utilização inadequada de beta2 agonistas de curta duração de ação (SABA) no tratamento da asma, um problema global que poucas vezes é posto em causa".

Com o propósito de facilitar estes diálogos, "que devem estabelecer-se entre médicos prescritores, profissionais com tarefas educacionais na asma, farmacêuticos e doentes", é disponibilizado um [guia](#), que proporciona "possíveis passos e perguntas a fazer quando usar a régua CAPA".



**CUIDADOS
ADEQUADOS À
PESSOA COM
ASMA**

**A Asma atinge mais de 695.000 Portugueses!
É uma doença crónica e tem tratamento.
Venha aprender mais sobre a Asma**

**Sessão de Esclarecimento
Casa da Cultura da Sertã**

4 de maio 10:30

* Sa-Sousa et al. Clinical and Translational Allergy 2012, 2:15