Um em cada 14 portugueses sofre de asma

"É preciso melhorar o acesso e a adesão à terapêutica anti-inflamatória"

É uma das doenças crónicas mais frequentes e afeta mais de 700.000 portugueses. A par da elevada prevalência, o subdiagnóstico e a taxa de mau controlo da doença são fatores que preocupam a comunidade médica. Apesar dos avanços terapêuticos dos últimos anos, em Portugal, ainda se morre de asma. Melhorar o acesso e a adesão à terapêutica inalatória anti-inflamatória é o mote da *Global Initiative for Asthma* (GINA) para assinalar o Dia Mundial da Asma, a 5 de maio.

À luz do mais recente estudo epidemiológico desenvolvido no nosso país, **7,1% dos adultos portugueses têm asma, o que, segundo Pedro Carreiro Martins, "corresponde a cerca de 700.000 pessoas**". Nas crianças e adolescentes, a prevalência é ainda maior, situando-se nos 8%-9%.

Esta doença respiratória crónica tem impacto relevante em todas as idades. Apesar da existência de tratamentos eficazes, de acordo com o estudo Epi-Asthma**, cerca de 70% dos doentes em Portugal não têm a asma controlada,** o que significa que "continuam a apresentar sintomas, limitações no dia-a-dia, continuam a ter crises, a recorrer a serviços de urgência e a apresentar maior risco de internamento e de consumo de recursos de saúde", sublinha o presidente da Sociedade Portuguesa de Alergologia e Imunologia Clínica.

A baixa adesão à terapêutica é um dos fatores apontados por Pedro Carreiro Martins como causa do mau controlo da asma e "muitos doentes utilizam a medicação apenas quando têm sintomas, em vez de manterem o tratamento preventivo de forma regular, o que compromete o controlo da inflamação subjacente à asma".

A terapêutica anti-inflamatória inalada é parte essencial do tratamento da asma e, apesar de, em Portugal, se encontrarem disponíveis todas as terapêuticas recomendadas a nível internacional, incluindo medicamentos inovadores para as formas mais graves da

doença, Pedro Carreiro Martins alerta para a "**persistência de desafios no acesso efetivo, nomeadamente na equidade entre diferentes regiões, na referenciação atempada para cuidados especializados e na identificação precoce dos doentes que mais beneficiam destes tratamentos**".

Este foi, aliás, um problema reportado por Carlos Cortes. Numa breve intervenção, por ocasião da 24.ª Reunião da Primavera da SPAIC, realizada em Tomar, no passado dia 18 de abril, **o Bastonário da Ordem dos Médicos assumiu o compromisso de, em conjunto com a SPAIC e com o Colégio de Imunoalergologia da Ordem dos Médicos, trabalhar na revisão da rede de referenciação e colaborar na luta pela mitigação das desigualdades regionais no acesso a consultas da especialidade e a tratamentos eficazes para os doentes asmáticos**.

Sendo a asma uma doença crónica, que se caracteriza pela inflamação das vias respiratórias, o tratamento de base assenta na utilização regular da terapêutica anti-inflamatória inalada. Segundo Pedro Carreiro Martins, "este tratamento permite controlar a doença, reduzir sintomas e prevenir crises. A sua manutenção deve ser contínua e ajustada ao longo do tempo, de acordo com a evolução clínica, sob orientação médica". O presidente da SPAIC sublinha ainda que a asma pode afetar de forma significativa a vida diária dos doentes, sobretudo quando não está bem controlada. Os **sintomas, como a falta de ar, a pieira, a tosse e a sensação de aperto no peito, podem limitar atividades do dia a dia, como subir escadas, caminhar ou praticar exercício físico. É frequente também a interferência com o sono, levando a despertares noturnos e fadiga durante o dia.**

"No contexto escolar e profissional, a asma pode traduzir-se em faltas frequentes, redução da produtividade e dificuldade de concentração. Em crianças e jovens, pode condicionar a participação em atividades físicas e sociais, com impacto no desenvolvimento e na integração". Para além do impacto físico, "existe uma dimensão emocional, já que muitos doentes vivem com receio de crises súbitas, o que pode gerar ansiedade e insegurança. Em casos mais graves, a doença pode conduzir a isolamento social".

Apesar dos avanços no tratamento, continuam a ocorrer mortes por asma em Portugal. Segundo o Observatório Nacional de Doenças Respiratórias, em 2024 morreram 34 doentes por asma no nosso pais.

Importa sublinhar que, "**com um diagnóstico adequado e um tratamento eficaz, a maioria destes impactos pode ser significativamente reduzida, permitindo aos doentes uma vida ativa**", reforça o médico imunoalergologista.

Para assinalar o Dia Mundial da Asma, a SPAIC preparou um conjunto de iniciativas de sensibilização dirigidas à população através de uma campanha digital.

Ao longo dos últimos anos, a Sociedade tem vindo a apostar na comunicação direta com a população através das suas redes sociais onde, durante todo o mês de maio, será disponibilizada informação sobre asma.

