

O QUE É A DPOC?

Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica

É uma doença respiratória com queixas gerais muitas vezes confundida com o processo natural de envelhecimento.

De início poderá sentir **tosse e catarro/expetoração**, por vezes desvalorizados. Com a continuação da exposição a tabaco e ou a gases nocivos, estes sintomas podem tornar-se mais frequentes e incómodos, sendo mais frequentes as infeções respiratórias e os períodos de bronquite agudizada (exacerbações), podendo ainda surgir **cansaço, dificuldade em respirar**, sensação de falta de ar e/ou pieira ou farfalheira. Os sintomas de cansaço e falta de ar são particularmente relacionados com os esforços físicos e por isso são muitas vezes atribuídos ao envelhecimento.

BRONQUITE CRÓNICA E ENFISEMA SÃO DOENÇAS DIFERENTES?

Não, na DPOC pode haver bronquite crónica ou enfisema ou ambas.

Quando se fala em **bronquite crónica** queremos dizer que os brônquios estão inflamados e produzem quantidade excessiva de expectoração. A inflamação dificulta a eliminação da expectoração/ escarro ou catarro e por isso os brônquios podem ficar progressivamente obstruídos aumentando o risco para infeções respiratórias.

Quando se fala em **enfisema** queremos dizer que os alvéolos (porção terminal das vias respiratórias) apresentam destruição das suas paredes. Esta destruição, que é permanente, dificulta a respiração porque prejudica a função principal dos pulmões: fornecer oxigénio e eliminar o dióxido de carbono. Para o interesse de todos, doentes e profissionais de saúde, **deve ser utilizada a sigla - DPOC** - para não confundirmos esta doença com outras que poderão dar sintomas semelhantes, mas são tratadas de forma diferente.

A DPOC não é uma doença contagiosa.

QUAL É A CAUSA DA DPOC?

O **consumo de tabaco** (cigarros, cigarrilhas, charutos) é a principal causa da DPOC.

Em 80 a 90% dos doentes há ou houve exposição ao fumo do tabaco.

A exposição a certas poeiras, vapores, ou outros produtos ou fumos irritantes também podem causar DPOC, independentemente do consumo de cigarros ou outros produtos do tabaco.

A DPOC é uma doença de adultos, não de crianças.

QUAL É A FREQUÊNCIA DA DPOC?

Em Portugal, **1 em cada 10 adultos**, acima dos 40 anos sofre desta doença. A frequência desta doença aumenta com a idade.

Se tivermos em consideração os portugueses com 70 ou mais anos a frequência é ainda maior (3 em cada 10 pessoas têm DPOC).

TODOS OS FUMADORES DESENVOLVEM DPOC?

Não, estima-se que cerca de **1 em cada 3 fumadores**, numa fase precoce ou tardia da sua vida, sofrerá desta doença.

Mas lembre-se... o fumador com ou sem DPOC tem um risco comprovadamente aumentado de desenvolver cancro do pulmão, laringe e outros órgãos, enfarte do miocárdio e outras doenças cardiovasculares.

COMO POSSO SABER SE TENHO DPOC?

Para que se confirme o diagnóstico é necessário fazer uma **espirometria** e confirmar a obstrução das vias áreas.

Existem outras doenças que podem apresentar sintomas e resultados de espirometria semelhantes, pelo que o seu médico precisará de confirmar esse diagnóstico.

Quanto mais precocemente for feito o diagnóstico, maior a possibilidade de atrasar a evolução natural da doença.