



Cartilha do Paciente

| Fibrose Pulmonar

Autores:

Regina Tibana

Alexandre Amaral

Paulo Miranda Cavalcante Neto

Editor de Publicações SPPT:

José Leonidas Alves Júnior

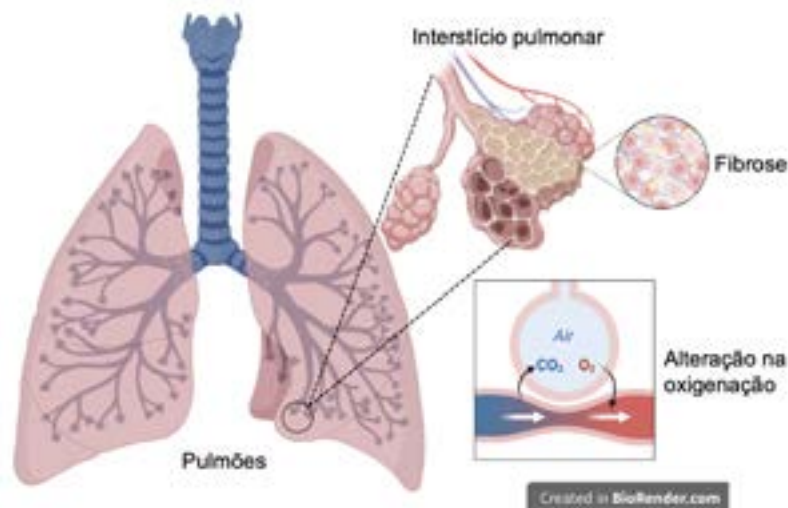


INSPIRE





A fibrose pulmonar faz parte de um grupo de doenças chamadas de doenças pulmonares intersticiais (DPIs). Ela ocorre quando o tecido pulmonar se torna cicatricial e duro, dificultando seu funcionamento adequado. Essa condição leva à dificuldade para respirar e à redução dos níveis de oxigênio no sangue. Embora a fibrose pulmonar não tenha cura, existem tratamentos e cuidados que ajudam a controlar os sintomas e melhorar a qualidade de vida. A figura abaixo mostra o processo de cicatrização do pulmão que caracteriza a fibrose pulmonar, dificultando a oxigenação do sangue.



Quando suspeitar de fibrose pulmonar?

Os sintomas da fibrose pulmonar são comuns a várias outras doenças, principalmente outras doenças do coração e do pulmão. Os principais sintomas são:

Falta de ar (dispneia): inicialmente percebida durante esforços físicos, como caminhar ou subir escadas, mas que pode piorar ao longo do tempo.

Tosse seca persistente: uma tosse que não desaparece e não está relacionada a resfriados ou infecções respiratórias.

Fadiga: sensação de cansaço constante e fraqueza.

Perda de peso inexplicada: perda de peso sem tentativa ou razão aparente.

Baqueteamento digital: unhas abauladas e alargamento das pontas dos dedos.

Se você notar esses sintomas, especialmente em conjunto com fatores de risco, é importante procurar um médico. O diagnóstico precoce é essencial para um tratamento eficaz.

Ao examinar o paciente, o médico pode suspeitar da doença ao ouvir um som respiratório chamado de estertor em velcro por se assemelhar a abertura do velcro. Este som é característico de fibrose nos pulmões, mas pode ser confundido com pneumonia ou água no pulmão.



Por que uma pessoa desenvolve fibrose pulmonar?

Exposições Ambientais ou Ocupacionais	Como poeira de sílica ou amianto e exposição a mofo e penas de aves.
Doenças Autoimunes	Artrite reumatoide, esclerose sistêmica, lúpus
Tabagismo	O cigarro é um fator de risco importante
Histórico Familiar	Presença de fibrose pulmonar em parentes de primeiro grau
Uso de Medicamentos	Algumas medicações, como amiodarona e nitrofurantoína, estão associadas ao risco.
Fatores Idiopáticos	Quando a causa é desconhecida, a condição é chamada de fibrose pulmonar idiopática (FPI).

Quais exames podem ser feitos para o diagnóstico?

Tomografia de Tórax	Fundamental para identificar cicatrizes e determinar o padrão da fibrose
Provas de Função Pulmonar	Avaliam a capacidade respiratória e a troca gasosa nos pulmões
Exames de Sangue	Usados para investigar doenças reumatológicas
Broncoscopia e biópsia pulmonar por cirurgia	Pode ajudar na confirmação diagnóstica, através do lavado broncoalveolar ou da biópsia, mas nem sempre é necessária.

Ter fibrose pulmonar significa que eu vou morrer em breve?

A fibrose pulmonar é uma doença com vários graus de gravidade e cada paciente é único. O acompanhamento regular com especialista e a realização de exames como a tomografia, a espirometria e os exames de esforços são as melhores formas de entender a gravidade e conseguir conviver com a doença.

Como é feito o tratamento da fibrose pulmonar?

Embora não haja cura para a fibrose pulmonar, os tratamentos podem retardar a progressão da doença e aliviar os sintomas.

Medicações: Imunossupressores e antifibróticos (nintedanibe e pirfenidona), são as principais terapias a depender de cada caso. Em alguns casos pode ser necessária a associação destes dois tipos de tratamento.

Oxigenoterapia: indicada para pacientes com baixos níveis de oxigênio no sangue.



Reabilitação Pulmonar: exercícios supervisionados para melhorar a capacidade respiratória e a qualidade de vida.

Cuidados Gerais:

- Manter as vacinas em dia, principalmente contra gripe e pneumonia.
- Parar de fumar: isso é fundamental para evitar o agravamento da fibrose.
- Seguir orientações para tratamento de outras doenças, caso presentes, como doença do refluxo, apneia do sono, doenças do coração, ansiedade e depressão.

Dicas para melhorar a sua qualidade de vida

- Evite poluentes e irritantes respiratórios
- Siga as orientações do seu médico sobre medicamentos e terapias
- Participe de grupos de apoio para compartilhar experiências e dicas
- Mantenha uma alimentação balanceada para fortalecer o sistema imunológico