



**Cartilha do Paciente**

# Doença pulmonar Obstrutiva crônica

**Autores:**

Liana Sousa Coelho

Mariah Prata Soldi Passos Taube

**Revisão:**

José Roberto de Brito Jardim

José Leonidas Alves Jr



INSPIRE



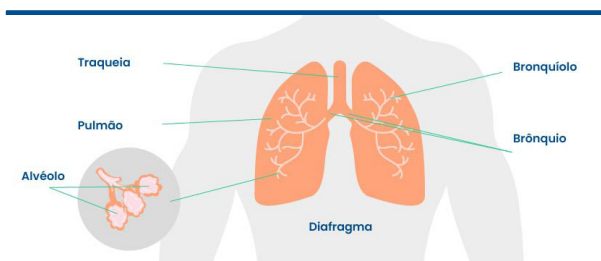
Boehringer  
Ingelheim



Os pulmões são os órgãos responsáveis pela respiração, processo pelo qual nosso corpo obtém o oxigênio necessário para viver e elimina o gás carbônico.

As vias aéreas (brônquios) são como um sistema de tubulações que garante a chegada do ar até o final dos pulmões (alvéolos). Se houver algum bloqueio ou problema nas vias aéreas, como muco ou inflamação, a respiração pode ficar difícil e o ar não chega completamente aos alvéolos e o corpo não recebe o oxigênio necessário para funcionar bem.

Os músculos respiratórios são responsáveis por fazer o ar entrar e sair dos pulmões. Quando eles enfraquecem ou se cansam por ter de funcionar em excesso para fazer o ar entrar nos pulmões, o processo da respiração perde eficiência e a pessoa apresenta dificuldade para realizar as atividades diárias (falta de ar/cansaço). O principal músculo da respiração é o diafragma.



A DPOC - doença pulmonar obstrutiva crônica - é popularmente conhecida como “enfisema pulmonar” ou “bronquite”. Tem como causa a inalação de fumaças, principalmente a do cigarro (incluindo vape), de fogão à lenha, de queimadas e da poluição ambiental.

A fumaça causa inflamação e destruição das áreas responsáveis pelo transporte do oxigênio no pulmão (brônquios e alvéolos) e dificulta a respiração.



Os sintomas da DPOC são tosse, catarro, falta de ar (cansaço) e chiado no peito. No começo, esses sintomas são leves e, habitualmente, o paciente não dá importância, mas com o passar do tempo, os sintomas se intensificam e

atividades simples, como subir escada e ladeira ou tomar banho, podem causar muito cansaço.



O diagnóstico é feito com estes sintomas e confirmado pela espirometria (teste do sopro), um exame que avalia a quantidade e a rapidez que o ar sai dos pulmões (função pulmonar).



#### O tratamento inclui:

Parar de fumar. A manutenção da exposição às fumaças faz a doença progredir

Proteger-se de infecções tomando as vacinas da pneumonia e vírus respiratórios, como covid e gripe.

Realizar atividade física diária, incluindo musculação e caminhadas. Isso mantém seus músculos saudáveis, aumentam sua capacidade de fazer atividades físicas com o tempo e diminui a falta de ar

Ter uma alimentação saudável e equilibrada.

Usar as medicações inalatórias (“bombinhas”), conforme orientação do seu médico, enfermeiro ou farmacêutico. É importante que você use as bombinhas corretamente, para que o efeito seja máximo. As bombinhas para aliviar a falta de ar devem ser usadas antes de alguma atividade que você já sabe que vai causar dificuldade para respirar.

