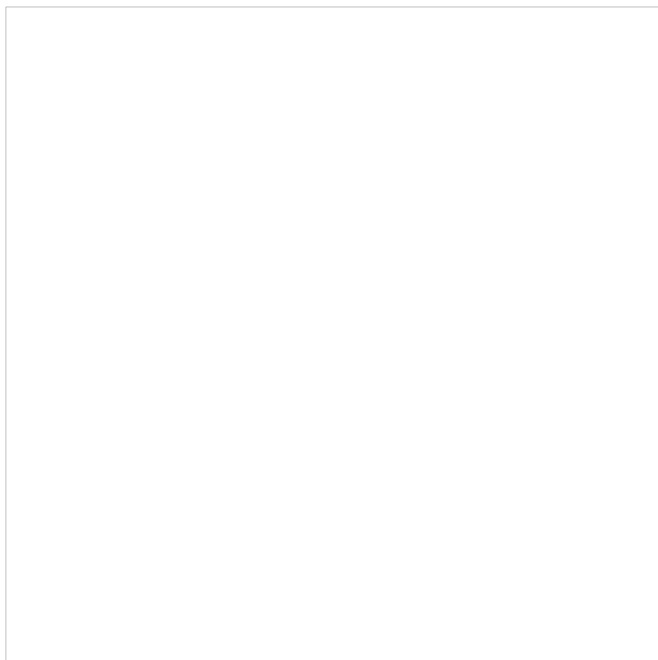


Asma é o terceiro motivo de internação de crianças no SUS

Qua 21 junho



Fhemig / Divulgação

Celebrado nesta quarta-feira (21/6), o Dia Nacional de Controle da Asma tem como objetivo conscientizar a população sobre os sintomas e prevenção da doença. Considerada um problema grave de saúde, a asma causa cerca de 350 mil internações por ano, sendo o terceiro motivo de hospitalização de crianças pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Somente no Hospital Infantil João Paulo II (HIJPII), da [Fundação Hospitalar do Estado de Minas Gerais \(Fhemig\)](#), foram atendidas, de janeiro a junho do ano passado e também deste ano, mais de 130 crianças com esse

diagnóstico - resultando em 19 internações em 2022 e nove em 2023.

Segundo o pneumologista pediátrico do Hospital Infantil João Paulo II, Alberto Vergara, a asma é uma doença inflamatória das vias aéreas inferiores (brônquios) que causa falta de ar, chiado no peito e tosse, podendo apresentar piora à noite, durante a prática de atividades físicas, além de agravamento em casos de gripes e resfriados. “Fatores alérgicos (poeira doméstica, fungos, pólenes ou pelos de animais, irritativos (fumaça de cigarro, poluição ambiental ou exposição ao ar frio) e infecções virais podem ser responsáveis por desencadear crises asmáticas”, afirma.

A situação costuma ser ainda pior nesta época do ano em que o tempo seco e a baixa umidade (menor que 30%) inflama os brônquios, tornando ainda mais sensíveis os gatilhos que desencadeiam as crises.

Apesar de não ter uma causa totalmente conhecida, sabe-se que, além dos fatores ambientais, questões genéticas estão envolvidas, podendo afetar pessoas de todas as idades. No entanto, a maioria é diagnosticada ainda na infância. “Cerca de 20% das crianças vão apresentar ‘chieira’ nos primeiros dois anos de idade, sendo que dois terços deles pararão com os episódios até os 5 anos e o restante continuará e será diagnosticado com asma. Com o tempo, a doença tende a diminuir sua intensidade, com a maior parte dos casos resolvidos até a adolescência. Apenas uma pequena parte vai continuar asmática durante a vida adulta”, explica Vergara.

Os pacientes com asma leve, com crises brandas e eventuais, podem ser tratados apenas com

medicação de alívio. Já aqueles com asma moderada à grave, com crises importantes, que necessitam consultas no pronto atendimento ou internação, ou com sintomas persistentes (tosse e “chieira” diárias), deverão ser tratados com medicações de manutenção prescritas por um pneumologista, com o objetivo prevenir as crises e controlar os sintomas persistentes.

Prevenção

Algumas medidas e hábitos adotados no dia a dia podem contribuir para evitar que novas crises aconteçam. Veja o que fazer:

- Mantenha o ambiente limpo;
- Evite o acúmulo de sujeira ou poeira (atenção aos bichinhos de pelúcia, almofadas, tapetes e protetor de berço, pois costumam fixar ácaros, que provocam alergias);
- Em época de tempo seco, tenha um balde com água no quarto para ajudar a manter a umidade atmosférica equilibrada;
- Evite cheiros fortes;
- Vacine-se contra a gripe (o SUS disponibiliza a vacina, nos postos de saúde, gratuitamente, a partir dos seis meses de idade);
- Não fume;
- Pratique atividades físicas regularmente (exercícios físicos, inclusive a natação, são indicados para os pacientes com a doença controlada);
- Tenha uma alimentação saudável;
- Beba bastante água.