

DPOC

Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica

Autor: Matheus Quarella Munhoz



O QUE É A DPOC ?

É uma doença que obstrui a passagem do ar nos pulmões, dificultando a respiração. Ela engloba duas condições principais que geralmente ocorrem juntas:

1. **Bronquite Crônica:** Inflamação e excesso de muco nos brônquios.
2. **Enfisema:** Danos aos alvéolos (pequenos sacos de ar), perdendo a elasticidade.



PRINCIPAIS CAUSAS



- Tabagismo



- Exposição ocupacional: Poeira, produtos químicos e gases.



- Poluição: Fumaça de lenha (fogão a lenha) ou poluição urbana.



- Fatores genéticos:



ATENÇÃO

Se sentir cansaço extremo, lábios roxos ou confusão mental, procure o pronto-socorro imediatamente.



SINAIS DE ALERTA

Fique atento se você ou alguém próximo apresentar:

- Falta de ar (dispneia) ao fazer esforços ou até em repouso.
- Tosse persistente que não passa.
- Catarro/Pigarro constante em grande quantidade.
- Chiado no peito ou sensação de aperto.



PILARES DO TRATAMENTO

Lembre-se: O dano nos pulmões é permanente, mas o tratamento devolve a sua qualidade de vida!

Pilar	Ação Necessária
Parar de Fumar	É a única medida que interrompe a progressão da doença.
Medicamentos	Bombinhas (broncodilatadores) e corticoides conforme prescrição.
Vacinação	Manter vacinas de Gripe e Pneumonia em dia para evitar crises.
Reabilitação	Exercícios físicos guiados (Fisioterapia Respiratória).