# Mitos e Verdades sobre respirar melhor

*Respirar bem nunca foi tão essencial. O médico pneumologista esclarece os principais mitos e verdades sobre a Asma*

**Rio de Janeiro, junho de 2021** – A Organização Mundial de Saúde aponta que 262 milhões de pessoas no mundo vivem com Asma, sendo que de 3% a 10% desses pacientes têm Asma do tipo Grave ¹,². No total, ocorreram mais de 46 mil mortes relacionadas à doença globalmente ²,³. No Brasil, cerca de 20 milhões de pessoas convivem com diferentes formas desta doença respiratória que dificulta a boa respiração². Neste mês de junho, início do inverno, enquanto ainda enfrentamos tantos casos de Covid-19, precisamos mais do que nunca refletir sobre a importância de se respirar bem! O médico pneumologista Dr. Rafael Faraco, membro da Sociedade Brasileira de Pneumologia e Tisiologia (SBPT), esclarece os mitos e verdades sobre o tema.

**Obesidade pode acarretar o surgimento da Asma?**

**Verdade.** Estudos sugerem que a ação pró-inflamatória do tecido adiposo pode levar ao desenvolvimento de inflamação nas vias aéreas e, como consequência, deste processo, a asma⁴.

**A Asma é uma doença contagiosa?**

**Mito.** Uma pessoa que convive com outra que possui Asma não pegará a doença. A Asma, e sua manifestação mais grave, é uma enfermidade caracterizada pela limitação do fluxo de ar pelas vias áreas pulmonares, causada por diversos fatores, desde alérgicos até genéticos.

**O inverno pode agravar as crises de Asma e outras doenças respiratórias**

**Verdade.** Na estação do frio, tende-se a ficar mais tempo em lugares fechados, com pouco sol e mais umidade. Com isso, a tendência é crescer a proliferação de mofo e bolor, que alimentam os ácaros.

**Os tratamentos com imunobiológicos podem trazer alívio aos pacientes com a doença?**

**Verdade.** Desde 1º de abril de 2021, os tratamentos imunobiológicos para Asma Grave passaram a ter cobertura obrigatória dos planos de saúde, o que significa que para os pacientes que cumprirem os critérios de utilização do tratamento, estes medicamentos serão gratuitos. Além disso, um novo tratamento com imunobiológico avaliado pela CONITEC (Comissão Nacional de Incorporação de Tecnologias do SUS) teve recomendação favorável à incorporação no SUS, ou seja, em breve, mais opções estarão disponíveis de forma gratuita também na rede pública de saúde a todos os brasileiros ⁵,⁶.

**A Asma (e Asma Grave) desaparece sozinha e tem cura.**

**Mito.** A severidade da doença varia de pessoa para pessoa. As crises podem desaparecer com o tempo, principalmente, se houver tratamento adequado, mas ela não some totalmente. Além disso, a Asma é uma doença crônica, que pode ser tratada, mas não tem cura.

**Quem tem Asma não pode ter animais de estimação.**

**Mito.** Pessoas com Asma podem sim ter pets, desde que observadas algumas questões de higiene, bem como se o fato de ter um animal de estimação não desencadeará uma crise alérgica.

**Pacientes com Asma Grave entram na lista de prioridade para a vacinação contra a Covid-19?**

**Verdade.** A iniciativa serve também como alerta para quem subestima ou desconhece essa doença que, se não tratada adequadamente, não compromete apenas a saúde e a qualidade de vida do paciente, como pode levar a óbito ⁷̕̕,⁸,⁹. Também é importante lembrar que a vacinação anual contra influenza nos pacientes com asma moderada a grave de qualquer faixa etária, é medida importante para redução de crises da doença, especialmente em um cenário de saturação dos serviços de saúde em razão do aumento no número de casos de Covid-19 ¹⁰,¹¹.

Referências:

* + 1. Jornal O Estado de São Paulo. Disponível em: [https://emais.estadao.com.br/noticias/bem-estar,diagnostico- de-asma-grave-demora-em-media-4-anos-indica-pesquisa,70003301764](https://emais.estadao.com.br/noticias/bem-estar%2Cdiagnostico-%20de-asma-grave-demora-em-media-4-anos-indica-pesquisa%2C70003301764). Acesso em: maio de 2021
		2. Word Health Organization. Global Initiative For Asthma (GINA). Pocket Guide For Asthma Management and Prevention. Disponível em: [https://ginasthma.org/wp-content/uploads/2020/04/Main-pocket- guide\_2020\_04\_03-final-wms.pdf](https://ginasthma.org/wp-content/uploads/2020/04/Main-pocket-%20guide_2020_04_03-final-wms.pdf). Acesso em: maio de 2021.
		3. World Health Organization. *Global burden of 369 diseases and injuries in 204 countries and territories, 1990- 2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. Lancet. 2020;396(10258):1204-22*
		4. SOCIEDADE        BRASILEIRA        DE        PNEUMOLOGIA         E                                TISIOLOGIA.         Disponível                                 em:

[https://sbpt.org.br/portal/espaco-saude-respiratoria- asma/#:~:text=Estima%2Dse%20que%20no%20Brasil,em%20m%C3%A9dia%2C%20350.000%20interna% C3%A7%C3%B5es%20anualmente](https://sbpt.org.br/portal/espaco-saude-respiratoria-%20asma/#:~:text=Estima%2Dse%20que%20no%20Brasil,em%20m%C3%A9dia%2C%20350.000%20interna% C3%A7%C3%B5es%20anualmente). Acesso em: maio de 2021.

* + 1. Resolução      Normativa      –      RN      465,      de      24      de      fevereiro      de                         2021.               Disponível em:

<<http://www.ans.gov.br/component/legislacao/?view=legislacao&task=TextoLei&format=raw&id=NDAzMw>>. Acesso em: maio de 2021.

* + 1. COMISSÃO NACIONAL DE INCORPORAÇÃO DE TECNOLOGIAS NO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE .97ª Reunião         da Conitec.                                  Disponível                   em:: <<http://conitec.gov.br/images/Reuniao_Conitec/2021/20210505_Pauta_97_PosReuniao.pdf>>. Acesso em: 11 maio 2021.
		2. ANTONICELLI, L., et al. Asthma severity and medical resource utilization. European Respiratory Journal 23- 34: 723-729, 2004.
		3. CHUNG, KF. et al.International ERS/ATS guidelines on definition, evaluation and treatment of severe asthma. Eur Respir J; 43(2):343-73, 2014
		4. BRASIL. Ministério da Saúde. Plano Nacional de Vacinação Covid-19, 23 de março de 2021. Disponível em:

<https://[www.gov.br/saude/pt-br/media/pdf/2021/marco/23/plano-nacional-de-vacinacao-covid-19-de-2021](http://www.gov.br/saude/pt-br/media/pdf/2021/marco/23/plano-nacional-de-vacinacao-covid-19-de-2021)>. Acesso em maio de 2021.

* + 1. ESTADÃO. Disponível em: [https://saude.estadao.com.br/noticias/geral,pandemia-pressiona-sus-e-rede- privada-hospitais-tem-ate-13-dos-leitos-so-com-pacientes-de-covid,70003257283](https://saude.estadao.com.br/noticias/geral%2Cpandemia-pressiona-sus-e-rede-%20privada-hospitais-tem-ate-13-dos-leitos-so-com-pacientes-de-covid%2C70003257283). Acesso em: maio de 2021
		2. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Campanha da Vacina da Gripe. Disponível em: < <https://portalarquivos.saude.gov.br/campanhas/vacinacaogripe/>>. Acesso em: maio de 2021.

**Mais informações para a Imprensa**

**BCW**

Karina Klinger – Account Manager – karina.klinger@bcw-global.com

Bruno Soares – Senior Account Executive – bruno.soares@bcw-global.com

NP-BR-ASU-PRSR-210005 – JUN/21