



**Pílulas  
de  
Saúde**



**Mútua**

## **ASMA: UMA DOENÇA SILENCIOSA QUE PRECISA DE CUIDADOS**

A asma brônquica é uma doença crônica que afeta os pulmões e dificulta a respiração. Muitas vezes silenciosa, ela pode não apresentar sintomas graves no início, mas provoca inflamações nos brônquios — os tubos que levam o ar aos pulmões —, tornando-os mais sensíveis à poeira, à fumaça, a cheiros fortes, aos ácaros, ao mofo e às mudanças de temperatura, entre outros gatilhos.

Quando exposta a esses fatores, a pessoa asmática pode ter crises com falta de ar, chiado no peito, tosse e aperto no peito, sintomas que podem variar de leves a graves.

Embora a asma não tenha cura, ela pode ser controlada com tratamento adequado. O tratamento é feito com o uso de medicamentos inalatórios que ajudam a manter os brônquios abertos e reduzir a inflamação. Esses remédios são seguros, eficazes e devem muitas vezes ser usados mesmo quando a pessoa está sem sintomas, conforme orientação médica.

Além disso, é importante identificar e evitar os fatores que desencadeiam as crises. Com acompanhamento adequado, a maioria dos asmáticos pode levar uma vida normal, praticar esportes e trabalhar sem limitações.

Por ser uma doença que muitas vezes não dá sinais contínuos, a asma pode ser subestimada, o que é um risco. Ignorar os sintomas ou interromper o tratamento por conta própria pode levar a agravamentos sérios, inclusive internações. Por isso, é fundamental que quem tem asma, ou suspeita que possa ter, procure um médico. Existem exames que auxiliam a fazer o diagnóstico.

**Seguir o tratamento corretamente é fundamental e entender que, mesmo sendo silenciosa, a asma exige atenção constante e cuidado diário.**

**Dr. Luiz Lazzarini**  
Pneumologista