

Rubira conscientiza na feira do Santa Paula

Marcos Fontes propõe o Dia de Conscientização sobre a Asma

O combate à asma é uma questão de extrema importância, pois essa doença crônica afeta milhões de pessoas em todo o mundo. A asma é caracterizada pela inflamação das vias respiratórias, o que resulta em dificuldade para respirar, chiado no peito, tosse e sensação de aperto no peito. "Esses sintomas podem variar de intensidade, desde leves até graves, e podem ser desencadeados por diversos fatores, como alérgenos, irritantes respiratórios, exercício físico e estresse emocional", afirma o médico e vereador Dr. Marcos Fontes.

Para combater efetivamente a asma no sentido de orientar e auxiliar os cidadãos em especial as crianças, ele apresentou o Projeto de Lei nº 2264, que cria o Dia de Conscientização



ção Sobre a Asma.

"É fundamental adotar uma abordagem multifacetada que envolva diferentes aspectos, incluindo prevenção, tratamento adequado e educação do paciente. Apresento algumas medidas importantes no combate a essa doença", elenca.

Diagnóstico precoce: É essencial que a asma seja diagnosticada o mais cedo possível. Isso permite iniciar o tratamento adequado e minimizar os riscos associados à doença. Consultar um médico e realizar testes respiratórios específicos pode auxiliar no diagnóstico preciso.

Identificação de gatilhos: É importante identificar os fatores que desencadeiam os sintomas da asma em cada indivíduo. Alérgenos comuns incluem pólen, ácaros, pelos de animais e mofo. Além disso, irritantes respira-

tórios como fumaça de cigarro, poluentes atmosféricos e produtos químicos podem agravar os sintomas. Evitar esses gatilhos sempre que possível ajuda a prevenir crises asmáticas.

Tratamento medicamentoso: Existem diferentes tipos de medicamentos utilizados no tratamento da asma, incluindo broncodilatadores e corticosteroides. Os broncodilatadores ajudam a relaxar os músculos das vias respiratórias, enquanto os corticosteroides reduzem a inflamação dos pulmões. O tratamento deve ser personalizado de acordo com a gravidade dos sintomas e a resposta individual a cada medicamento.

Uso correto dos dispositivos inalatórios: Muitos medicamentos para asma são administrados por meio de dispositivos inalatórios, como bombinhas e nebulizadores. É fundamental que os pacientes aprendam a utilizá-los corretamente, seguindo as instruções médicas, para garantir a eficácia do tratamento.

Educação e autocuidado: É importante que os pacientes com asma recebam educação adequada sobre a doença, incluindo informações sobre sintomas, gatilhos, tratamento e técnicas de controle da respiração. Além disso, os pacientes devem ser incentivados a monitorar seus sintomas, manter uma alimentação saudável, praticar exercícios físicos de forma adequada e buscar apoio médico regularmente.

Plano de ação para crises: Ter um plano de ação em caso de crises asmáticas é crucial para lidar com situações de emergência. Esse plano deve ser discutido com o médico e incluir medidas a serem tomadas em caso de agravamento dos sintomas, bem como os contatos de emergência.

"A asma pode tentar te parar, mas com controle e coragem, é você quem dita o ritmo da sua respiração", conclui o médico e vereador Dr. Marcos Fontes.

Veículo: Impresso -> Jornal -> Jornal Folha de São Caetano - São Caetano do Sul/SP

Seção: Política **Página:** 4