

A Seguros Unimed  
ainda mais próxima,  
quando você  
mais precisa.

Doença Pulmonar  
Obstrutiva  
Crônica

Cuidando de

certo



# // DPOC



DPOC é a sigla para Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica, uma doença frequente na população, em geral associada ao tabagismo. Ao longo do tempo, o cigarro causa uma inflamação das vias aéreas e destrói as fibras elásticas. Esse processo, de maneira progressiva, leva a uma limitação do fluxo aéreo, que se manifesta como sintomas respiratórios.

**BRONQUITE CRÔNICA E ENFISEMA  
SÃO TIPOS DE DPOC.**



# BRONQUITE

## CRÔNICA

É uma inflamação das vias aéreas com a produção de muito muco. Isso causa estreitamento ou bloqueio dessas vias, dificultando a respiração.



# ENFISEMA

É uma lesão dos alvéolos (pequenos espaços onde ocorre a troca de gases oxigênio-gás carbônico, localizados no final da via aérea), que se tornam maiores, diminuindo a superfície de troca. Isso leva à diminuição de oxigênio no sangue e ao aumento do gás carbônico, dando a sensação de falta de ar. Existe um tipo raro de enfisema causado por deficiência de alfa-1-antitripsina, geralmente hereditário.



## SINTOMAS

Os bronquíticos costumam ter mais tosse com expectoração e os enfisematosos mais falta de ar, mas a apresentação clínica pode ser misturada.

- Tosse crônica (duração de meses) principalmente pela manhã, com saída de secreção (tosse de fumante).
- Falta de ar inicialmente aos grandes esforços ou associada à infecção respiratória, evoluindo com piora progressiva.
- Produção crônica de catarro.
- Chiado.
- Fadiga.

# TRATAMENTO

A DPOC não pode ser curada, mas o tratamento e as mudanças de estilo de vida aliviam os sintomas e melhoram a qualidade de vida.

**Parar de fumar** – para os fumantes, o mais importante no tratamento é parar de fumar, não importa por quanto tempo você fumou ou quanto. Cessar o tabagismo é a única medida comprovada para lentificar a progressão da doença e você se sentirá melhor.

**Vacina anual contra influenza (gripe)** e vacina contra pneumonia pelo menos uma vez. Infecções estão associadas à piora dos sintomas. Por isso, é importante preveni-las.

**Medicações** – grande parte usará medicações inalatórias com edicamentos que diminuem a inflamação e que devem ser usados de forma contínua; outros medicamentos são dilatadores das vias aéreas e, às vezes, são prescritos apenas nas crises.

**Oxigênio** – especialmente os pacientes com enfisema poderão precisar de oxigênio domiciliar. A indicação depende do quadro clínico associado a resultados de exames. Se você usa oxigênio, é importante aprender a manusear e cuidar do equipamento e também conhecer suas regras de segurança.

**Reabilitação** – por meio da fisioterapia respiratória, você pode aprender exercícios e formas de respirar que aliviam os sintomas.

**Cirurgia** – raramente a parte mais comprometida do pulmão precisa ser removida como tentativa de melhoria nos sintomas, mas nem sempre isso funciona.

**Exercícios** – siga as recomendações da sua equipe de saúde para fazer exercícios regularmente para preservar sua musculatura.

**Alimentação** – tenha uma alimentação saudável. Se estiver perdendo peso, comunique à sua equipe de saúde para orientações. Principalmente os enfisematosos evoluem com perda de peso e desnutrição.

**Manejo de depressão e ansiedade** – como em qualquer doença crônica, é comum sentir-se triste ou deprimido. Falta de ar pode também gerar muita ansiedade. Fale com a sua equipe sobre os seus sentimentos.





Conectados  
para cuidar  
de você

UNIMED SEGUROS SAÚDE S.A. – CNPJ/MF 04.487.255/0001-81

Matriz: Alameda Ministro Rocha Azevedo, 366 – Cerqueira César – CEP 01410-901 – São Paulo – SP

Atendimento Nacional: 0800 016 6633 | Atendimento ao Deficiente Auditivo: 0800 770 3611

Ouvidoria: [www.segurosunimed.com.br/ouvidoria](http://www.segurosunimed.com.br/ouvidoria) ou ligue 0800 001 2565 | [www.segurosunimed.com.br](http://www.segurosunimed.com.br)

**ANS - nº 00.070-1**