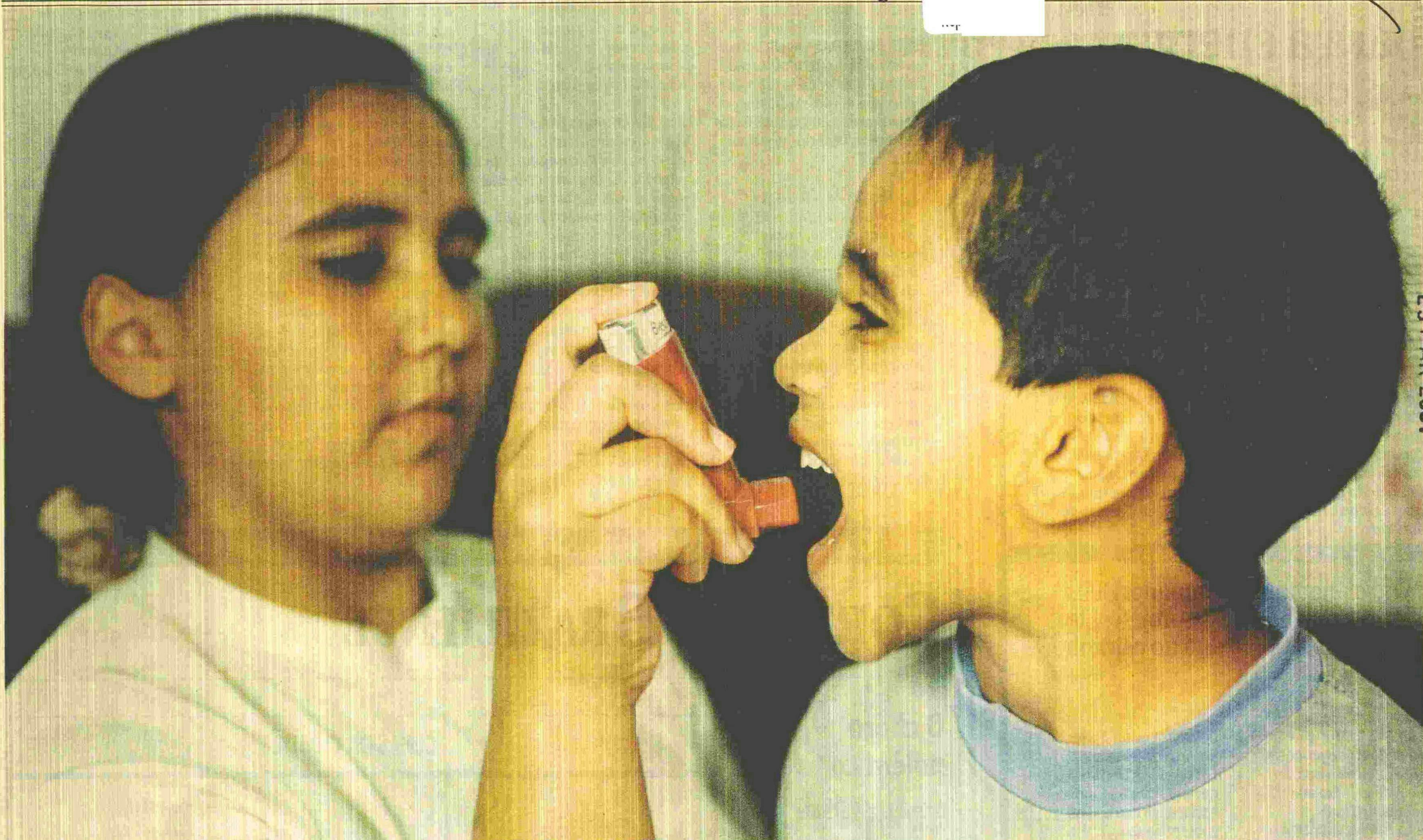




PERIGO NO AR

PARA EVITAR MAIS CRISES NO FILHO GABRIEL, ANA PAULA ABOLIU TAPETES, CARPETES E CORTINAS EM CASA

CHEGADA DO OUTONO FAZ CRIANÇAS TEREM MAIS CRISES ASMÁTICAS. PAIS DEVEM FICAR ATENTOS À LIMPEZA DA CASA, EVITANDO MOFO, FUMO PERTO DOS FILHOS E ACÚMULO EXAGERADO DE BRINQUEDOS

Da Redação

Ao mudar a folha do calendário de março para abril, muitos pais terão de preparar-se para um período turbulento. É que o índice de crianças com crise asmática aumenta muito até meados de junho, período de manhãs e noites frias. Assim como nas épocas de chuva, os hospitais passam a receber uma média de 600 pacientes por mês. Em meses de seca brava esse número não chega a 200.

“Isso acontece porque os ácaros, principais causadores das crises asmáticas, multiplicam-se muito em épocas úmidas e também frias, quando os ambientes ficam fechados por mais tempo”, explica a coordenadora do Programa de Controle da Asma no Distrito Federal, a pneumologista Cláudia Mota. Por precaução, Ana Paula Ramos, 21 anos, decidiu mudar de endereço este ano para evitar que o filho Gabriel volte a ter crises, que já o levaram dez vezes para o hospital com pneumonias causadas pela asma.

Além dos ácaros, ela também espera que a mudança deixe a casa livre do mofo. “Eu não conseguia acabar com o mofo da casa onde eu morava na Ceilândia”, lamenta. Com isso, a família Ramos mudou-se para um apartamento menor. Ana Paula, também asmática, aboliu cortinas, carpetes e tapetes, moradas preferidas dos ácaros, que grudam na poeira domiciliar.

Os animais passam longe da casa de Ana Paula. Medida para lá de necessária para a maior parte dos médicos, que apontam o pêlo de ani-

mais como desencadeador das crises. Mas recente pesquisa do Instituto Nacional de Saúde dos Estados Unidos mostra que para alguns pacientes a exposição ao pêlo do gato ajuda a reforçar o sistema imunológico contra a doença. Melhor perguntar ao seu médico...

O fato é que 10% da população brasileira têm asma e em média 2,2 mil pessoas morrem a cada ano por causa da doença. E o mais preocupante é que 60% dos asmáticos têm menos de 11 anos. Para evitar as crises, os pais precisam tomar uma série de cuidados, como não deixar que ninguém fume perto da criança, limpar sempre o ar-condicionado, não deixar acumular brinquedos, encapar travesseiros e colchões com capas antialérgicas e lavar as roupas de cama com água quente.

O mais difícil, no entanto, é fazer com que os pequenos não corram ou pulem em excesso. As crises costumam acontecer depois de atividade físicas prolongadas que exijam muito do sistema respiratório da criança. Por causa do esforço para respirar, algumas crianças ficam com hipertrofia na musculatura do tórax, o que dá a aparência do que se costuma chamar de *peito de pombo*.

Mas nem só de notícias ruins vivem as pessoas que sofrem de asma. As internações diminuíram pela metade desde que o programa de controle foi oficialmente implantado pela Fundação Hospitalar do Distrito Federal (FHDF), há um ano. Tudo por causa da divisão entre casos leves, moderados e graves. Os casos leves são atendidos em qualquer posto de saúde ou hospital por profissio-

O PASSO A PASSO DA ASMA

CAUSAS

- Herança genética dos pais
- Exposição a substâncias como fumaça de cigarro, cosméticos, tinta, querosene, poeira, ácaros, mofo, entre outras.
- Contato com fezes de alguns insetos como a barata

A ESTRUTURA DO BRÔNQUIO

Brônquio Bronquíolo Alvéolo

COMO OCORRE A CRISE

Logo que o ar entra nos pulmões, ele passa pelos brônquios e sua rede de ramificações, os bronquíolos. Eles têm como função proteger os alvéolos de substâncias tóxicas contidas no ar, como mofo, poeira e ácaros.

Como os asmáticos têm o sistema respiratório mais sensível, em contato com substâncias tóxicas a musculatura dos brônquios e bronquíolos se contrai mais que o normal e bloqueia a entrada de ar. Além disso a produção de secreção aumenta, desencadeando uma inflamação e podendo causar pneumonia, paradas respiratórias e até cardíacas.

SINTOMAS

- Tosses e espirros persistentes
- Sensação de pressão no peito
- Sensação de falta de ar (asfixia), principalmente durante o sono e atividades físicas
- Chiado
- Aparecimento de secreções esverdeadas
- Palidez

IMPORTANTE

- Os sintomas da asma podem aparecer em qualquer época da vida, sendo a maior incidência na infância.
- Os sintomas podem aparecer em qualquer hora do dia, mas geralmente manifestam-se à noite ou no início da manhã. A maioria dos asmáticos não tem sintomas regularmente, mas sofrem crises.

Bronquíolo normal

Bronquíolo contraído

nais treinados pelo programa. Os moderados e graves são atendidos em hospitais especializados (veja quadro abaixo).

Novos tratamentos também estão sendo testados no DF. No Hospital do Gama, a médica pneumologista Fabíola Lima está usando a acupuntura para tratar um grupo de cinco pacientes. “A necessidade de medicamentos desses pacientes têm diminuído”, comemora Fabíola, também especialista em medicina oriental. Segundo ela, a acupuntura aumenta a dilatação dos brônquios, facilitando a respiração dos asmáticos. Caso os resultados positivos sejam comprovados cientificamente, o tratamento com acupuntura pode ser estendido a outros centros de saúde do DF.

SERVIÇO

AMBULATÓRIOS ESPECIALIZADOS

Hospital do Gama
AE nº 01 — Setor Central
384-0503/556-1097 R-291

Hospital de Base
Setor Hospitalar Sul Quadra 101/102
325-5050

Hospital Materno-Infantil de Brasília
SGAS Quadra 608/9 L2 Sul
443-2322/224-5922

Policlínica de Taguatinga
C 12 — AE
351-2261/351-2033

Centro de Saúde do Cruzeiro Velho
SHCE — Setor Escolar — Lote 14
234-1666/234-1485

OBSERVAÇÃO

Esses ambulatórios só atendem os casos mais graves de asma. Eles são definidos por meio de uma triagem feita em todos os postos de saúde.