

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Dec 06, 2021

DPOC: o que é?

DPOC significa doença pulmonar obstrutiva crônica. Isso significa que o dano pulmonar está impedindo seus pulmões de trabalharem tão bem quanto costumavam. Não existe uma cura, mas há tratamentos que podem ajudar a impedir que o processo se agrave.

Você pode usar nossas informações para conversar com seu médico e decidir quais tratamentos são adequados para você.

O que é DPOC?

Se você tem DPOC, as vias aéreas em seus pulmões vêm sendo danificadas ao longo de muitos anos. Esse dano geralmente é causado pelo tabagismo. Mas outras coisas podem causar DPOC, incluindo a inalação de outras substâncias químicas venenosas (possivelmente devido à longa exposição à poluição atmosférica intensa) e algumas condições genéticas hereditárias.

Há dois tipos principais de dano pulmonar que causam a DPOC. Uma delas é a **bronquite**, em que as vias aéreas ficam estreitas e inflamadas, dificultando a respiração. Seus pulmões também podem produzir muito muco, o que causa tosse.

A bronquite causada pela DPOC dura muito tempo. Não é o mesmo que ter bronquite causada por uma infecção.

O outro tipo de dano é o **enfisema**. Isso faz com que partes de seus pulmões se tornem menos elásticas (esticadas), de modo que não conseguem extrair o ar adequadamente. Quando você expira, um pouco do ar fica preso nos seus pulmões. Então, você não obtém a quantidade total de ar fresco quando inspira.

Ter DPOC pode significar que você tem bronquite ou enfisema, ou ambos ao mesmo tempo.

Quais são os sintomas?

Os principais sintomas da DPOC são tosse e dispneia. Sua tosse pode durar muito tempo. E você pode ficar sem fôlego fazendo atividades cotidianas, como passear ou fazer trabalhos domésticos.

DPOC: o que é?

Às vezes, você pode ter ataques quando os sintomas da DPOC repentinamente se agravam mais que o normal. Os médicos chamam isso de **exacerbações**. Se você tiver dificuldade para respirar, deve sempre consultar um médico ou ir ao hospital imediatamente.

Se você fuma, pode ter se acostumado a tossir e achar que isso é normal. Mas a tosse pode ser um sinal de dano pulmonar, por isso é importante que seja verificada por um médico.

O que vai acontecer comigo?

É difícil dizer o que vai acontecer com você como indivíduo. Os tratamentos não podem reparar os danos nos pulmões, mas podem ajudar a impedir que se agravem.

Muitas pessoas convivem com a DPOC por muitos anos sem que ela se agrave. Mas outros pioram mais rapidamente, e algumas pessoas morrem poucos anos após o diagnóstico.

Abandonar o hábito de fumar ajuda a diminuir os danos causados pela DPOC. Também há uma maior probabilidade de você manter-se bem se não tiver outras doenças sérias, se sua família não tiver história de problemas pulmonares e se os sintomas não forem graves quando você receber tratamento pela primeira vez.

Tentar manter um peso saudável pode ajudar com os seus sintomas. Por exemplo, pessoas que estão abaixo do peso tendem a se sentir piores, por isso é importante comer regularmente e manter suas forças. Por outro lado, se você está acima do peso, perder algum peso pode ajudá-lo a respirar mais facilmente.

Não é de se surpreender que a DPOC possa levar à depressão em algumas pessoas. Converse com seu médico se você se sentir deprimido. Existem tratamentos que podem ajudar.

Seu médico deve examiná-lo pelo menos a cada seis meses, dependendo da gravidade dos seus sintomas. Estes check-ups regulares ajudam o seu médico a monitorar se a sua medicação está sendo tão eficaz quanto deveria.

Onde obter mais ajuda ou apoio

A DPOC é uma afecção grave e você pode descobrir que obter ajuda e apoio facilita sua vida. Vários grupos de apoio e instituições de caridade oferecem ajuda e aconselhamento às pessoas com DPOC. Por exemplo, no Reino Unido, a British Lung Foundation (blf.org.uk) administra os grupos de pacientes do Breathe Easy para pessoas com problemas respiratórios, bem como uma linha de ajuda.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

