

# Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Dec 06, 2021

## DPOC: quais tratamentos funcionam?

**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.**

### Quais tratamentos funcionam?

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 outros fatores podem causar a DPOC, inclusive:

- respirar outros produtos químicos venenosos (possivelmente devido à longa exposição à poluição atmosférica severa), e
- algumas condições genéticas hereditárias.

Os objetivos do tratamento da DPOC são:

- para prevenir e controlar os sintomas
- para reduzir o número de exacerbações (quando os sintomas pioram repentinamente) e torná-las menos graves.
- para ajudar seus pulmões a funcionar melhor, e
- para ajudá-lo a ter uma vida mais longa e saudável.

Seu tratamento deve incluir consultas regulares com seu médico para verificar seu progresso. Seu médico deve certificar-se de que você entendeu:

- o que é DPOC, e
- como reconhecer uma exacerbação.

### Abandono do hábito de fumar

Atualmente, a principal causa da DPOC é o tabagismo. Parar de fumar pode:

## DPOC: quais tratamentos funcionam?

- retardar os danos que a DPOC causa em seus pulmões
- reduzir a chance de câncer e problemas cardíacos relacionados à DPOC
- ajudá-lo a viver mais tempo com uma melhor qualidade de vida.

É claro que parar de fumar não é fácil, especialmente se você fuma há muitos anos. Portanto, seu médico pode recomendar um programa para parar de fumar para ajudá-lo a parar. Isso pode incluir aconselhamento, reuniões de grupo e medicação.

Para obter mais informações sobre formas de ajudá-lo a parar de fumar, consulte nosso folheto *Parar de fumar*.

### Manter-se saudável

Seu médico pode discutir o **autocontrole** com você. Isso não significa que você tenha que se cuidar sozinho, sem assistência médica. Isso significa que você é ajudado a aprender sobre a DPOC para que possa ajudá-la a controlá-la.

As pessoas que aprendem a autogerenciar sua DPOC tendem a precisar de menos tratamento hospitalar.

Os planos de autocontrole que você discute com seu médico devem incluir o aprendizado sobre:

- Tratamento da dispneia
- Gerenciando o estresse
- conservação de energia
- evitar coisas que piorem seus sintomas
- os tipos certos de exercícios para pessoas com DPOC (e especificamente para você), e
- informações de contato para usar se tiver uma exacerbação.

Algumas pessoas podem participar de um programa de tratamento pulmonar. Geralmente são chamados de **programas de reabilitação pulmonar**).

Esses programas geralmente são organizados em hospitais. Você aprenderá sobre o funcionamento dos pulmões e como fazer exercícios que os fortaleçam. Você precisará continuar a fazer esses exercícios em casa, após o término do programa.

Você também aprenderá sobre seus medicamentos e a melhor maneira de tomá-los. Pergunte ao seu médico se há um programa local perto de você.

Participar de um programa pode:

- reduzir sua chance de precisar de tratamento hospitalar
- reduzir a depressão e a ansiedade que às vezes acompanham a DPOC
- reduzir a fadiga
- aumentar a quantidade de exercícios que você pode fazer

## DPOC: quais tratamentos funcionam?

- ajudar a melhorar sua qualidade de vida: por exemplo, ajudando-o a se sentir mais no controle de sua vida e de sua doença.

Exercícios regulares podem ajudá-lo a se manter saudável. Até mesmo exercícios leves, como caminhadas, podem ajudá-lo a ficar mais em forma e a fazer mais coisas de que gosta. Todos os portadores de DPOC devem tentar se exercitar o máximo que puderem para manter os pulmões o mais em forma possível.

Também é importante tomar as vacinas contra gripe e pneumonia. Se você tiver DPOC, contrair gripe ou pneumonia pode ser muito grave. Converse com seu médico e certifique-se de estar protegido. Você precisa de uma nova vacina contra a gripe todos os anos.

### Medicamentos que você inala

Muitos tipos de medicamentos são usados para tratar pessoas com DPOC, dependendo do que funciona melhor para cada pessoa. Aqui, examinamos os principais.

O primeiro tratamento que você recebe para a DPOC provavelmente será um inalador, exatamente como você usaria se tivesse asma. A inalação de medicamentos por meio de um inalador ajuda a abrir as vias aéreas dos pulmões e a facilitar a respiração.

Existem vários tipos de inaladores, portanto, se você achar que o seu é difícil de usar, converse com seu médico. Ele poderá sugerir um tipo diferente.

Vários tipos de medicamentos podem ajudar a aliviar os sintomas da DPOC quando inalados.

**Broncodilatadores** são medicamentos que ajudam a abrir as ondas de ar, relaxando os músculos ao redor dos pulmões. Existem diferentes tipos: alguns funcionam rapidamente para proporcionar alívio rápido dos sintomas e outros têm um efeito mais duradouro.

É possível que o médico se refira a esses medicamentos como de ação curta e de ação longa. Os broncodilatadores que podem ser prescritos incluem:

- medicamentos chamados beta agonistas. Esses medicamentos ajudam a relaxar os músculos dos pulmões. Existem versões de ação curta e de ação longa.
- medicamentos anticolinérgicos. Eles ajudam a relaxar os músculos dos pulmões de uma forma ligeiramente diferente dos broncodilatadores. Eles também são fornecidos em versões de ação curta e longa.

Outros medicamentos estão disponíveis se os principais não funcionarem suficientemente bem, mas são menos usados.

Os broncodilatadores podem causar efeitos colaterais em algumas pessoas. Por exemplo, os broncodilatadores chamados agonistas beta-2 podem fazer suas mãos tremerem ou podem fazer seu coração bater mais rápido, especialmente se você já tiver um problema cardíaco.

Tomar um agonista beta-2 por um longo período aumenta ligeiramente a chance de problemas cardíacos, portanto, o médico deve monitorá-lo regularmente.

## DPOC: quais tratamentos funcionam?

Se você já experimentou inaladores de ação curta e longa e ainda apresenta sintomas, o médico pode sugerir o uso de um inalador de esteroides (o nome completo é **corticosteroide**). Ele é usado junto com um broncodilatador. Talvez você possa usar um único inalador que contenha os dois medicamentos.

Os corticosteroides ajudam a abrir as vias aéreas, reduzindo a inflamação nos pulmões. Eles podem ajudar a reduzir as exacerbações e podem até mesmo ajudá-lo a viver mais tempo.

Mas eles são recomendados apenas para pessoas com DPOC avançada que apresentam exacerbações frequentes. Isso ocorre porque os corticosteroides podem causar efeitos colaterais graves.

O efeito colateral mais comum é uma infecção fúngica (aftas) na boca ou na garganta. Geralmente, isso pode ser evitado com gargarejo com água após cada tragada. Outros possíveis efeitos colaterais incluem enfraquecimento dos ossos e hematomas fáceis, mas esses são mais comuns com os comprimidos de esteroides do que com as versões inaladas.

Os corticosteroides também podem aumentar suas chances de contrair pneumonia. Portanto, seu médico será cauteloso ao prescrevê-los se achar que você tem alto risco de pneumonia.

Os médicos usam o que é chamado de abordagem "gradual" para os medicamentos para DPOC. Isso significa que você começa com a menor dose possível de medicamento que seja adequada à gravidade dos seus sintomas. Seu médico pode então aumentar ou reduzir a dose ou o número de medicamentos que você usa, dependendo do que mais o ajuda.

Em sua primeira "etapa", você provavelmente usará um inalador de ação rápida. Você pode usá-lo para obter alívio rápido quando sentir falta de ar. O medicamento continua funcionando por três ou quatro horas.

Se os inaladores de ação rápida não parecerem ajudar muito, o médico poderá sugerir um inalador de ação prolongada. Eles não funcionam tão rapidamente, mas os efeitos duram até 12 horas. Portanto, você só precisa tomá-los uma ou duas vezes ao dia.

Se ainda tiver sintomas graves, o médico pode sugerir que você precise de **oxigênio** para ajudá-lo a respirar com mais facilidade. Isso significa manter um suprimento de oxigênio em casa. Seu médico ou enfermeiro explicará como usar o equipamento.

### Outros tratamentos que você pode precisar

Se você tossir muito muco, o médico pode sugerir que você experimente medicamentos para quebrar o muco. Eles são chamados de **mucolíticos** e geralmente são apresentados em comprimidos.

Algumas pessoas que sofrem uma exacerbação precisam de tratamento hospitalar. Se isso acontecer, você poderá receber **oxigênio** para ajudá-lo a respirar mais facilmente, além de outros tratamentos.

Em geral, **os antibióticos** não são úteis para a DPOC. Mas o médico pode prescrevê-los se você tiver uma exacerbação que o médico acredita ter sido causada por uma infecção.

## DPOC: quais tratamentos funcionam?

**A cirurgia** pode ajudar algumas pessoas com DPOC. Os tipos de cirurgia incluem bullectomia, em que partes danificadas dos pulmões são removidas, e cirurgia de transplante de pulmão. Mas a cirurgia para DPOC geralmente só é usada quando todos os outros tratamentos não funcionam.

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](https://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](https://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.

