

Informações gerais à pessoa com asma e/ou ao cuidador

Aquando da deslocação à consulta, **faça-se acompanhar** de:

- Registo da medicação que toma e traga os seus dispositivos inalatórios;
- Plano de ação escrito entregue previamente;
- Exames pedidos pelo seu médico de família ou médico assistente;
- Outras informações pertinentes, como informação clínica de outras consultas, ou eventuais dúvidas que tenha.

Adote um **estilo de vida saudável**, recorrendo aos conselhos da sua equipa de saúde: alimentação variada e equilibrada, prática de exercício físico e ausência de consumo tabágico.

Conheça a sua doença e os sinais e sintomas associados e adira ao plano de ação escrito.

Em caso de **dúvidas contacte o seu médico ou enfermeiro!**

A USISM disponibiliza consultas para o ajudar a manter a saúde. Informe-se com o seu Médico ou Enfermeiro sobre como poderá integrar o Processo Assistencial Integrado da pessoa com asma.

CONTACTOS ÚTEIS

Centro de Saúde de Nordeste

✉ sres-csn@azores.gov.pt

☎ 296 480 090

Centro de Saúde de Ponta Delgada

✉ sres-usismiguel@azores.gov.pt

☎ 296 249 220

Centro de Saúde de Povoação

✉ sres-csp@azores.gov.pt

☎ 296 550 150

Centro de Saúde de Ribeira Grande

✉ sres-csrg@azores.gov.pt

☎ 296 470 500

Centro de Saúde de Vila Franca do Campo

✉ sres-csvfc@azores.gov.pt

☎ 296 539 420

Nota: As informações contidas no panfleto são complementares às fornecidas pelos profissionais de saúde, não os substituindo em nenhuma circunstância.

Elaborado por:

Beatriz Paiva Amaral (CSPD 1450)
Francisco Nunes Caldeira (CSPD 1541)
Joana Moreira (CSN153)
Luís Filipe Tavares (CSN138)

Data: Março/2021

Modelo: USFC.300.1.4/A



Tel: 296 249 220

www.usism.pt



Roteiro de Informação à Pessoa com Asma



MARÇO / 2021

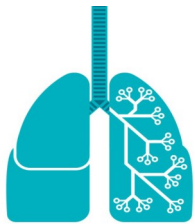
Asma

Doença inflamatória crónica que pode ocorrer em todos os grupos etários, caracterizada por **episódios recorrentes de pieira, dispneia**, aperto torácico e **tosse** (particularmente noturna ou matutina), geralmente associados a **obstrução generalizada**, variável e reversível espontânea ou após tratamento, das vias aéreas.

Os sintomas podem surgir após **contacto com estímulos** como por exemplo:

- infeções respiratórias;
- ar frio;
- fumo do tabaco;
- inalantes irritativos;
- emoções;
- exercício físico.

Uma gestão adequada pode controlar a Asma e habilitar a pessoa a ter uma vida sem restrições e com boa qualidade.



O que é o Processo Assistencial Integrado da Asma?

Conjunto de atividades para o diagnóstico, acompanhamento e tratamento da pessoa com asma.

A quem se destina?

Pessoas com suspeita diagnóstica de asma ou diagnóstico confirmado de asma.

Qual a periodicidade das consultas?

A cada 6 a 12 meses ou antes, se necessário de acordo com o profissional de saúde e o utente.

Informações gerais sobre a Consulta

Será informado sobre o diagnóstico de Asma, possíveis complicações.

Será inquirido acerca de sintomas e do seu estilo de vida, nomeadamente sobre consumo tabágico.

Ser-lhe-ão pedidos, sempre que necessário, exames complementares de diagnóstico.

Serão definidos objetivos para um melhor controlo da asma.

Serão apresentados diferentes dispositivos inalatórios e será escolhido o mais adequado, atendendo às perspetivas do médico e do utente/cuidador.

Ser-lhe-á ensinada, e revista em cada consulta, a técnica de utilização correta do seu dispositivo inalatório.

Poderá, se necessário, e tendo em conta o controlo sintomático, ser encaminhado a outros profissionais de saúde, nomeadamente a consulta hospitalar.

