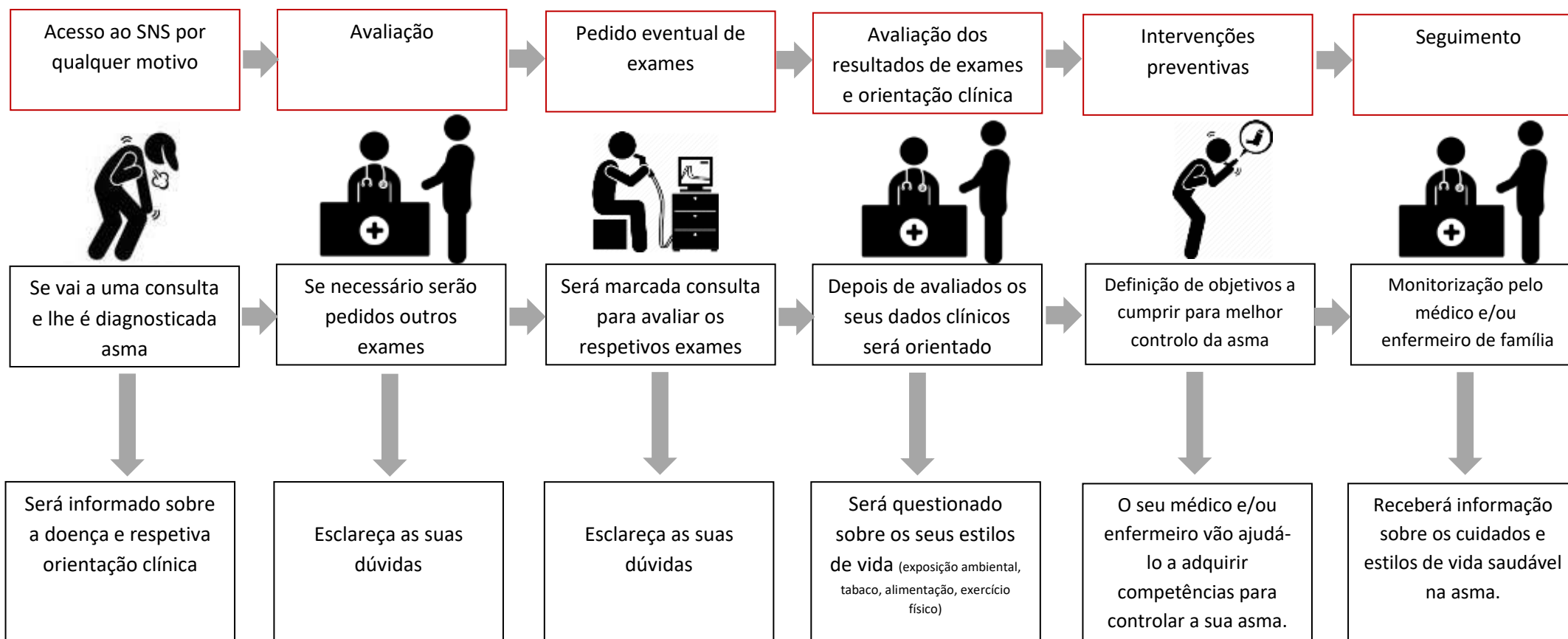


# Roteiro de Informação à Pessoa com Asma



# Monitorização da Pessoa com Asma

Consulta	Secretariado	Médico e/ou Enfermeiro
<b>Avaliação Inicial</b>	Identifica e ativa contacto.	<p>Avaliação de sintomas respiratórios para o diagnóstico de asma, seus fatores de risco e desencadeantes.</p> <p>Avaliação antropométrica, medição da pressão arterial e auscultação pulmonar.</p> <p>Pesquisa de sinais e sintomas de diagnósticos diferenciais e comorbilidades (rinite, eczema atópico, obesidade, refluxo gastroesofágico, síndrome da apneia obstrutiva de sono, insuficiência cardíaca, exposição a irritantes inalatórios ou alergénios, incluindo tabagismo)</p> <p>Pedido de exames complementares de diagnóstico, nomeadamente, espirometria com prova de broncodilatação.</p> <p>Definição do plano de cuidados.</p>
<b>Diagnóstico de asma</b>	Identifica e ativa contacto.	<p>Definição do diagnóstico de asma tendo em conta a história clínica e exame físico da avaliação inicial, bem como, o resultado dos exames complementares de diagnóstico solicitados.</p> <p>Avaliação do estadio inicial da doença com base na frequência dos sintomas.</p> <p>Entrega do roteiro de informação à pessoa com asma.</p> <p>Entrega do plano de ação escrito e individualizado.</p> <p>Revisão do plano de cuidados, com especial atenção ao ensino e demonstração da técnica inalatória, se aplicável.</p> <p>Promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis, nomeadamente promoção de atividade física, manutenção de peso normal, entre outros.</p>
<b>Monitorização</b>	Identifica e ativa contacto.	<p>Avaliação do controlo dos sintomas, episódios de agudização, adesão ao plano de ação, técnica inalatória e regime terapêutico.</p> <p>Promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis, nomeadamente promoção de atividade física, manutenção de peso normal, entre outros</p> <p>O plano de seguimento é ajustado individualmente, nomeadamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se asma <b>estável</b> - sem terapêutica farmacológica de controlo, consulta a cada <b>6-12 meses</b>;</li> <li>❖ Se asma <b>controlada</b> - com terapêutica farmacológica de controlo, a cada <b>3-6 meses</b>;</li> <li>❖ Nas <b>alterações de grau de terapêutica farmacológica</b> a consulta subsequente deve ocorrer <b>até aos 4 meses</b>;</li> <li>❖ Entre <b>1-4 semanas</b>, após episódios de <b>urgência e/ou internamentos</b>;</li> </ul>
<b>Cessação da Monitorização</b>	Identifica e ativa contacto.	<p>Se a pessoa com asma cumprir os seguintes critérios cumulativos após um período de 24 meses, o médico de família garante a cessação da monitorização, mantendo-se a vigilância habitual para a faixa etária:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Sem terapêutica de controlo;</li> <li>❖ Sem agudizações;</li> <li>❖ Sem sintomas espontâneos ou induzidos (por exercício ou fatores desencadeantes)</li> <li>❖ Função pulmonar normal</li> </ul>