



CONTROLO DAS BRONQUIECTASIAS EM ADULTOS

*Compreender as
orientações profissionais*



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

Estas orientações incluem informação sobre aquilo que a European Respiratory Society decidiu sobre o controlo das bronquiectasias em adultos. Baseia-se numa versão mais alargada, produzida por um grupo de peritos neste tópico, que incluiu profissionais de saúde e pessoas com experiência profissional de bronquiectasias.

As orientações originais, escritas para profissionais, consideraram a melhor evidência disponível – ensaios aleatorizados e controlados, revisões sistemáticas e estudos observacionais – e respondem a uma série de questões sobre o controlo das bronquiectasias. Representam o “gold standard” em termos da qualidade dos cuidados para as pessoas com bronquiectasias na idade adulta, na Europa, e podem ser utilizadas como recurso educativo para profissionais de saúde.

Esta versão foi escrita para os doentes e para o público, para o ajudar a compreender aquilo que foi recomendado nas orientações originais.

SOBRE AS BRONQUIECTASIAS

As bronquiectasias são uma doença pulmonar a longo prazo, na qual as vias respiratórias da pessoa apresentam um calibre aumentado. Isto leva a uma acumulação de expectoração nos pulmões que pode fazer com que a pessoa tenha um maior risco de contrair infeções.

Os sintomas mais frequentes incluem tosse, expectoração e falta de ar. As pessoas com bronquiectasias também podem apresentar sinusite, expectoração com sangue, dor torácica e fadiga.

O tratamento para as pessoas com bronquiectasias tem vários objetivos:

- Prevenir as infeções respiratórias (exacerbações), durante as quais os sintomas se agravam
- Tratar os sintomas
- Melhorar a qualidade de vida
- Impedir que a doença se agrave



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

AS RECOMENDAÇÕES

Quais os exames que uma pessoa deve fazer depois de ter sido diagnosticada com bronquiectasias?

As orientações recomendam que todas as pessoas com um diagnóstico de bronquiectasias façam análises ao sangue para ver se estas podem estar relacionadas com algum problema do sistema imunitário.

Todas as pessoas com bronquiectasias também devem fazer um exame para uma doença chamada aspergilose broncopulmonar alérgica (ABPA), uma doença na qual uma pessoa fica alérgica ao *Aspergillus*, um tipo frequente de bolor. Isto geralmente envolve uma análise ao sangue ou um teste por picada cutânea.

Estes exames podem ajudar os profissionais de saúde a adequar o tratamento a cada indivíduo.

As pessoas com bronquiectasias que estiveram envolvidas na elaboração das orientações sublinharam a importância de compreenderem a causa da sua doença.

Em alguns casos, por ex., se uma pessoa tiver outros sinais ou sintomas, também pode precisar de fazer exames para outras doenças, incluindo:

- Micobactérias não-tuberculosas (MNT)
- Fibrose quística (FQ)
- Discinesia ciliar primária (DCP)

TRATAMENTOS A LONGO PRAZO

As orientações consideraram quais os tratamentos, se for o caso, que devem ser oferecidos às pessoas com bronquiectasias para o controlo da sua doença a longo prazo (3 meses ou mais) com base na melhor evidência disponível.

Medicamentos anti-inflamatórios

Os medicamentos anti-inflamatórios, como os corticóides, são medicamentos utilizados para tratar a dor, a inflamação e a febre. Quando administrados a pessoas com doenças pulmonares, pretendem também reduzir os sintomas.



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

As orientações não recomendam que as pessoas com bronquiectasias tomem regularmente corticóides por via inalatória, a menos que também tenham asma ou doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC).

As orientações também não recomendam que as pessoas tomem estatinas para as bronquiectasias. As estatinas são um tipo de medicação que faz baixar o colesterol da pessoa e tem alguns efeitos anti-inflamatórios, mas não devem ser tomadas a menos que o médico tenha dito que a pessoa deve fazê-lo para tratar uma doença do coração.

Antibióticos

Os antibióticos são um grupo de medicamentos que combate as infeções bacterianas. Alguns antibióticos atuam contra tipos específicos de bactérias, mas muitos atuam contra múltiplas bactérias. Os antibióticos são sempre recomendados quando uma pessoa com bronquiectasias tem uma infeção respiratória. Às vezes, as pessoas com bronquiectasias precisam de tomar antibióticos regularmente, todos os dias ou com alguns dias de intervalo, para controlar as infeções.

As orientações recomendam o tratamento antibiótico a longo prazo (durante 3 meses ou mais) para as pessoas que têm três ou mais infeções respiratórias por ano, que não possam ser prevenidas através da realização de cinesioterapia respiratória.

Tratamento mucoativo

Os medicamentos mucoativos são medicamentos que ajudam as pessoas a limpar o muco dos pulmões.

As orientações recomendam o tratamento mucoativo para as pessoas com bronquiectasias que tenham dificuldade em expelir a expectoração através da tosse e que tenham uma baixa qualidade de vida.

As orientações não recomendam um tratamento chamado DNase humana recombinante (uma medicação utilizada para tornar o muco dos pulmões menos espesso, frequentemente utilizada para as pessoas com fibrose quística) para as pessoas com bronquiectasias porque os ensaios mostraram



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

que não resulta. Apesar disso, algumas pessoas tomam estas terapêuticas; se tiver dúvidas, deve conversar sobre elas com o seu médico.

Broncodilatadores

Os broncodilatadores são medicamentos que ajudam a respirar, fazendo relaxar os músculos dos pulmões e abrindo as vias respiratórias.

As orientações não recomendam a utilização por rotina de broncodilatadores de longa duração a pessoas com bronquiectasias.

Contudo, as orientações recomendam os broncodilatadores nos seguintes casos:

- Para as pessoas que ficam frequentemente com falta de ar
- Antes das sessões de fisioterapia
- Para as pessoas que também tenham asma ou DPOC e tomem broncodilatadores para essas doenças

Cirurgia

A cirurgia para as bronquiectasias normalmente envolve a remoção das partes dos pulmões que já não estejam a funcionar, para impedir que a doença se desenvolva no resto dos pulmões.

As orientações em geral não recomendam a cirurgia para pessoas com bronquiectasias.

Aconselham a que a única situação em que uma pessoa com bronquiectasias deve submeter-se a cirurgia para tratamento da doença é no caso de ter muitas infeções respiratórias apesar de ter tentado todas as restantes opções de tratamento.

As pessoas com bronquiectasias que estiveram envolvidas na elaboração das orientações acharam que a cirurgia só era uma opção para as pessoas que já não têm mais nenhum tratamento eficaz.

FISIOTERAPIA

Limpeza das vias respiratórias

As técnicas de limpeza das vias respiratórias são formas manuais de libertar o muco espesso e viscoso dos pulmões, de modo a que este consiga ser



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

expelido através da tosse. Estas incluem diferentes exercícios respiratórios em diversas posições, para fazer com que seja mais fácil libertar o muco.

As orientações recomendam às pessoas com bronquiectasias e com tosse regular que pratiquem as técnicas de limpeza das vias respiratórias uma ou duas vezes ao dia. Deve fazer-se uma demonstração da aplicação correta das técnicas por parte de um profissional de saúde com formação adequada.

Reabilitação pulmonar

A reabilitação pulmonar é um programa que procura reduzir os impactos físicos e emocionais que uma doença pulmonar a longo prazo pode ter na vida de uma pessoa. Combina o treino físico com formação sobre as diversas formas de se manter tão saudável quanto possível. Também pode incluir outros tratamentos, realizados por terapeutas ocupacionais, nutricionistas, enfermeiros, assistentes sociais e psicólogos, onde este tipo de apoios estiver disponível.

As orientações recomendam programas personalizados de reabilitação pulmonar para as pessoas com bronquiectasias que tenham dificuldades na atividade física. Em média, a investigação mostra que após fazer reabilitação pulmonar durante 6 a 8 semanas, as pessoas com bronquiectasias ficam mais capazes de estar fisicamente ativas, tosse menos e tendem a sentir-se melhor em geral. Também podem ter uma menor probabilidade de contrair infeções respiratórias. Estes benefícios tendem a durar entre 3 a 6 meses, sendo o efeito positivo mais prolongado entre as pessoas que seguem o aconselhamento dado e fazem os exercícios aprendidos durante o programa depois de este terminar.

TRATAMENTO PARA AS INFEÇÕES RESPIRATÓRIAS

Quanto tempo deve durar o ciclo de tratamento com antibióticos, utilizado para tratar as infeções respiratórias?

Com base na investigação e prática atuais, as orientações recomendam que a maioria das pessoas com bronquiectasias deveria fazer um ciclo de tratamento de 14 dias com antibiótico para tratar uma infeção respiratória. Contudo, alguns profissionais de saúde consideram que em determinadas circunstâncias pode utilizar-se um ciclo de tratamento mais curto ou mais longo.



ERS EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

As pessoas com bronquiectasias em que se verifica terem uma bactéria (ou “micróbio”) potencialmente causadora de infeção nos pulmões devem tomar antibiótico até esta desaparecer?

Ter infeções frequentes nas vias respiratórias pode afetar a qualidade de vida da pessoa e pode fazer com que a pessoa se sinta muito mal.

As orientações dizem que às pessoas com bronquiectasias que também apresentem um tipo específico de bactéria (ou “micróbio”) causador de infeção nos pulmões, chamada *P. aeruginosa* (também chamada *Pseudomonas*) deve ser oferecido tratamento de erradicação – um tipo de tratamento antibiótico dirigido, que pretende eliminar completamente o micróbio, e que dura até 3 meses.

PONTOS FINAIS

O tratamento para as bronquiectasias pretende reduzir as infeções respiratórias e os sintomas, melhorar a qualidade de vida e diminuir a probabilidade de complicações sofridas pela pessoa, como a redução da função pulmonar.

Os profissionais de saúde e os doentes que elaboraram estas orientações concordaram que devem considerar-se os potenciais benefícios e efeitos secundários de cada opção de tratamento para cada indivíduo com bronquiectasias. A situação individual de cada doente e a sua preferência também devem ser fatores fundamentais.

É importante notar que a maior parte das recomendações dadas nestas orientações aplicam-se na maioria dos casos mas não em todos. Se o seu profissional de saúde lhe disser que alguma destas recomendações não se aplica a si, pode perguntar-lhe quais os motivos para tal.

Embora as recomendações se baseiem nos melhores dados disponíveis, os peritos aceitam que a maior parte desta evidência é de qualidade bastante baixa.

Há muita investigação a ser feita de momento sobre bronquiectasias e as orientações deverão ser atualizadas assim que haja nova investigação publicada.



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION

LEITURA ADICIONAL

A versão original da ERS para estas orientações
www.ers-education.org/guidelines

Prioridades para os doentes com bronquiectasias
Informação e apoio para pessoas diagnosticadas com bronquiectasias e para os seus cuidadores, desenvolvidas com a ajuda de doentes e profissionais de saúde de toda a Europa.

www.europeanlunginfo.org/bronchiectasis

EMBARC

A EMBARC é uma rede pan-Europeia empenhada na promoção de investigação clínica e educação sobre bronquiectasias, através da partilha de protocolos, projectos de investigação e colaboração de especialistas.

www.bronchiectasis.eu

Sobre a ERS

A European Respiratory Society (ERS) é uma organização internacional que reúne médicos, profissionais de saúde, cientistas e outros peritos que trabalham em medicina respiratória. É uma das principais organizações médicas na área respiratória, com um número crescente de membros que representam mais de 140 países.

A missão da ERS consiste em promover a saúde pulmonar de modo a aliviar o sofrimento causado pela doença e em elaborar normas para a medicina respiratória a nível global. A ciência, a educação e a defesa dos interesses dos doentes estão no âmago de tudo aquilo que a ERS faz.

A ERS está envolvida na promoção da investigação e em facultar acesso a recursos educativos de alta qualidade. Desempenha também um papel fundamental na defesa dos interesses dos doentes, sensibilizando para a doença pulmonar junto do público e dos políticos.

Sobre a ELF

A European Lung Foundation (ELF) foi fundada pela ERS para reunir os doentes e o público com os profissionais.

A ELF produz versões para o público em geral das orientações da ERS, para resumir as recomendações feitas aos profissionais de saúde na Europa num formato simples que todos possam compreender.

Estes documentos não contêm informação detalhada sobre cada doença e devem ser utilizados em conjunto com outra informação para o doente e com conversas com o seu médico.

Pode encontrar mais informação sobre doenças pulmonares no sítio da internet da ELF: www.europeanlung.org



ERS

EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY



ELF

EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION