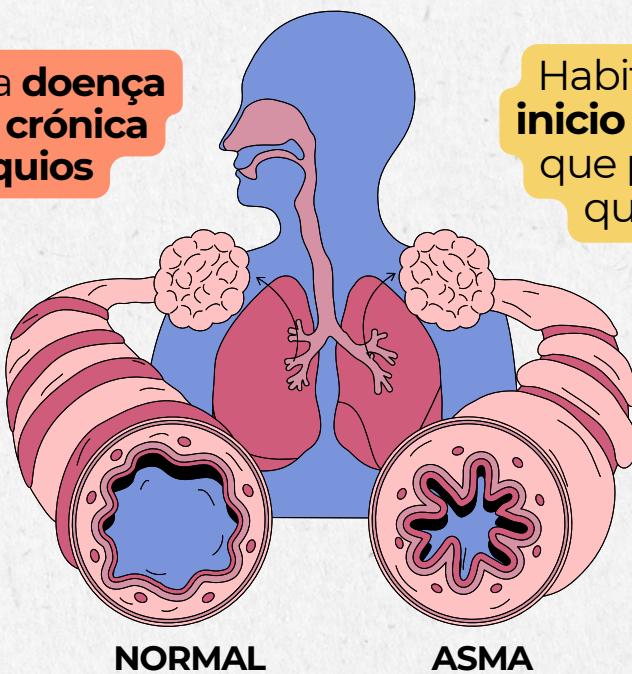


SABIA QUE... ASMA

A asma é uma **doença inflamatória crónica dos brônquios**

Caracteriza-se por um **processo inflamatório crónico** nas vias aéreas, que as torna mais reativas



Habitualmente tem **início** na infância, mas que pode surgir em qualquer idade

Perante determinados **estímulos**, os brônquios ficam obstruídos e surgem os sintomas da doença, habitualmente :

- episódios de tosse seca persistente,
- dificuldade em respirar
- sensação de aperto no peito.

Os doentes com asma, se estiverem controlados, podem fazer as suas atividades, quer profissionais quer desportivas, sem qualquer limitação.

Fatores desencadeantes de uma crise asmática:

- Infeções víricas como constipações, gripes, etc
- Exercício físico;
- Exposição a alérgenos (pó oriundo de ácaros, animais de estimação, etc)
- Mudanças no clima;
- Substâncias irritantes (fumo, poluição ou cheiros fortes).

