

2014-11-12 11:14:57

<http://justnews.pt/noticias/respira-lanca-brochura-informativa-sobre-a-pneumonia>



## **Respira lança brochura informativa sobre a pneumonia**

A Associação RESPIRA está hoje a divulgar, no âmbito do Dia Mundial da Pneumonia, uma brochura sobre esta doença, com o intuito de informar sobre as principais formas de contágio, sintomas e tratamento adequado. O diagnóstico tardio, potenciado pela semelhança dos sintomas com outras doenças do sistema respiratório, multiplica anualmente o número de mortes e internamentos por pneumonia.

Um estudo recente da Comissão de Infeciologia Respiratória da Sociedade Portuguesa de Pneumologia revela um aumento de 27,6% nos casos de pneumonia comum, em apenas 10 anos. Os mais afectados são adultos com mais de 50 anos, bem como pessoas com doenças crónicas: asma, DPOC, doenças cardíacas, diabetes. O alcoolismo e tabagismo são factores de risco que também podem pneumonias.

Arrepios de frio, febre, tosse, com ou sem expectoração, dificuldade respiratória ou mesmo falta de ar, cansaço, dor no peito, dor de cabeça e dores musculares, são os sintomas a que é preciso estar atento.

Na prevenção da doença recomenda-se a frequência de ambientes não poluídos, não fumar e passear ao ar livre, adicionalmente, todas as pessoas com mais de 65 anos, devem fazer a vacina da gripe sazonal anualmente. A vacinação anti-pneumocócica previne formas graves da infecção como a Pneumonia e a Meningite.

A brochura "A Pneumonia" está a ser distribuída na Praça da Figueira, em Lisboa, entre as 10h00 e as 18h00, no âmbito da campanha "Esquadrão Pneumonia", da Sociedade Portuguesa de Pneumologia.

### Sobre a Respira:

A [Respira](#) - Associação Portuguesa de Pessoas com DPOC e outras Doenças Respiratórias Crónicas foi, legalmente, constituída em Fevereiro de 2007, contando já com cerca de 500 associados em todo o país. Tem como objectivos, entre outros, fomentar programas de promoção da saúde respiratória e de prevenção primária e secundária do tabagismo, bem como promover um maior conhecimento e sensibilização sobre a Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC) entre a população em geral e os profissionais de saúde, alertando para os factores de risco e a necessidade de um diagnóstico precoce.

Para isso contribui o seu jornal trimestral O2 distribuído, gratuitamente, aos associados e em Centros de Saúde e Consultas de Pneumologia dos Hospitais do País, bem como várias brochuras e livros para informação sobre esta patologia e para apoio às pessoas com doenças respiratórias crónicas.