DPOC em Portugal: o inimigo silencioso que exige prioridade de Saúde Pública
DPOC: “Mais Ar Para Viver”

DPOC | *Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica*

MAIS AR **PARA VIVER**

A DPOC pode transformar o simples ato de respirar num verdadeiro desafio. Cada exacerbação pode danificar os pulmões para sempre. **Informe-se junto do seu médico.**

A **Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC)** é definida por uma limitação persistente e progressiva do fluxo aéreo e sintomas como falta de ar, tosse crónica e produção de muco e representa um dos maiores desafios de Saúde Pública em Portugal, sendo a **quinta principal causa de morte no nosso país** e a terceira a nível mundial. Apesar da sua prevalência e do seu impacto devastador na qualidade de vida dos doentes e na sustentabilidade do Serviço Nacional de Saúde (SNS), a DPOC permanece, lamentavelmente, subdiagnosticada e subvalorizada.

Com o objetivo de alterar e reverter esta realidade, a **Sanofi**, com o apoio da **Respira** -Associação Portuguesa de Pessoas com DPOC e outras Doenças Respiratórias Crónicas, da **Fundação Portuguesa do Pulmão** (FPP), da **Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar (APMGF), do Grupo de Estudos de Doenças Respiratórias** (GRESP) da APMGF e da **Sociedade Portuguesa de Pneumologia** (SPP), uniram esforços para lançar a campanha **“DPOC: Mais Ar para Viver”**. Esta iniciativa visa sensibilizar a população para os sintomas muitas vezes desconhecidos ou desvalorizados, reforçar a urgência de elevar a DPOC a prioridade nacional de Saúde Pública, alinhando-se com as recomendações da Organização Mundial de Saúde e alertando para o impacto que esta doença tem na perda de capacidade respiratória e de qualidade de vida.

Sobre a campanha “DPOC: Mais Ar Para Viver”

Os balões que moldam os pulmões representam momentos de alegria, esperança e a vontade de continuar a celebrar a vida. Já os balões rebentados lembram-nos que a progressão da DPOC pode deixar marcas permanentes, pelo que é importante aumentar o conhecimento sobre esta doença e alertar para a dificuldade em respirar que muitas pessoas com DPOC enfrentam no dia a dia.

A realidade alarmante da DPOC em Portugal: um inimigo silencioso com impacto devastador

De acordo com o mais recente White Paper, publicado pelas entidades participantes desta campanha, estima-se uma prevalência total de **800 mil portugueses com DPOC**, o que corresponde a **14,2% da população com 40 ou mais anos de idade**[1], sendo que a grande maioria permanece sem diagnóstico confirmado. O mesmo relatório indica, ainda, que, em 2016, das 131.632 pessoas inscritas nos Cuidados de Saúde Primários com DPOC, **apenas 32,3% tinham um diagnóstico confirmado por espirometria.**[1]

Esta realidade é agravada pelo facto de, segundo dados da SPP[2], **cerca de 70% dos portugueses não saberem em que consiste esta doença**, o que contribui para que muitos doentes não reconheçam os sintomas como preocupantes, atrasando o diagnóstico e, consequentemente, o início do tratamento.

A DPOC apresenta uma taxa de mortalidade de aproximadamente **8,7 por 100.000 habitantes**, o que resulta numa carga significativa para os doentes e para os sistemas de saúde[1]. Além da mortalidade, a doença impõe uma morbilidade significativa, caracterizada por sintomas como limitação persistente do fluxo aéreo, falta de ar, tosse crónica e produção de muco. A insuficiente gestão da DPOC resulta em exacerbações, que se traduzem em hospitalizações frequentes e em elevadas taxas de readmissão, aumentando o custo e a sobrecarga do sistema de saúde.

Estes dados alarmantes reforçam a urgência de uma campanha como a “DPOC: Mais Ar para Viver” para alertar a população e os decisores para esta realidade.

Em Portugal, a DPOC é mais do que uma doença respiratória; é um desafio de Saúde Pública que exige uma resposta urgente e multifacetada. A campanha “DPOC: Mais Ar para Viver” pretende traçar um caminho claro para a ação. Ao darmos ‘Mais Ar para Viver” aos nossos pulmões, estamos a dar “Mais Ar para Viver” a milhares de portugueses, garantindo-lhes uma vida com mais qualidade.

A campanha “DPOC: Mais Ar para Viver”, impulsionada pelas várias entidades envolvidas nesta área, surge como uma resposta direta à desvalorização desta patologia, e tem como foco capacitar a população para reconhecer os sinais de alerta que, por vezes, são erroneamente atribuídos a outras patologias ou simplesmente ignorados.

Investir no diagnóstico precoce, na prevenção e no tratamento eficaz desta doença não é apenas uma questão de saúde, mas também de sustentabilidade económica e social, aliviando a pressão sobre o SNS e promovendo uma população mais saudável e produtiva. **Os elevados custos evidenciados no mencionado White Paper (a DPOC está associada a um custo anual de 3 mil milhões de euros[3]) sublinham a necessidade de a DPOC ser elevada a uma prioridade de Saúde Pública.**

A mensagem da campanha é clara: a tosse persistente, a falta de ar que se agrava com o esforço (e que não é “apenas da idade” ou “falta de forma”), e a expetoração crónica não são normais, são potenciais indicadores de uma doença progressiva que exige atenção.

No que diz respeito ao diagnóstico, deve haver especial atenção aos fumadores e ex-fumadores. Além disso, é importante sublinhar as iniquidades no acesso aos cuidados, como a falta de acesso a espirometrias para muitos médicos de Medicina Geral e Familiar, a ausência de programas centralizados de cessação tabágica e reabilitação respiratória, e as longas esperas por consultas de Pneumologia (até 1 ano)[4]. **Estes desafios deram origem à necessidade de uma campanha que não só sensibilize, mas também advogue por melhorias no sistema de saúde.**

As entidades organizadoras desta iniciativa, há muito que propõe uma **atualização do Plano Nacional das Doenças Respiratórias para Melhorar a Gestão da DPOC em Portugal**, que inclua um roteiro de ações concretas para transformar a abordagem a esta doença, que continua a ser subdiagnosticada e subvalorizada nas políticas de saúde em Portugal.

A campanha “Mais Ar para Viver” pretende assim ecoar este apelo, trabalhando para que a implementação de uma estratégia nacional para a DPOC possa não só melhorar a qualidade de vida dos doentes, mas também reduzir custos no sistema de saúde, diminuindo o número de hospitalizações e complicações graves.

A Sanofi, a Sociedade Portuguesa de Pneumologia, a Associação RESPIRA, a APMGF, o GRESP e a FPP convidam todos os cidadãos, profissionais de saúde e decisores políticos a juntarem-se a esta causa. A campanha “DPOC: Mais Ar para Viver” é a resposta ativa e urgente aos dados alarmantes. Ao reconhecermos a DPOC como a prioridade de Saúde Pública estaremos a dar “Mais Ar para Viver” a milhares de portugueses, garantindo-lhes uma vida com mais qualidade, dignidade e, em última instância, salvando vidas. É tempo de agir.

[1] Observatório Nacional de Doenças Respiratórias (ONDR) de 2016, citado no White Paper "Atualização do Plano Nacional das Doenças Respiratórias para Melhorar a Gestão da DPOC em Portugal".

[2] Sociedade Portuguesa de Pneumologia, citado no White Paper "Atualização do Plano Nacional das Doenças Respiratórias para Melhorar a Gestão da DPOC em Portugal".

[3] [Referência 17 do White Paper: Chen S, Kuhn M, Prettner K, Yu F, Yang T, Bärnighausen T, et al. The global economic burden of chronic obstructive pulmonary disease for 204 countries and territories in 2020--50: a health-augmented macroeconomic modelling study. Lancet Glob Heal. 2023;11(8):e1183--e1193.], citado no White Paper "Atualização do Plano Nacional das Doenças Respiratórias para Melhorar a Gestão da DPOC em Portugal".

[4] [Referência 4 do White Paper: Portugal COPD Research and Global Ranking - COPD Index], citado no White Paper "Atualização do Plano Nacional das Doenças Respiratórias para Melhorar a Gestão da DPOC em Portugal".

MAT-PT-2500636-1.0 09/2025

Uma iniciativa: sanofi

Com o apoio de: apmgf Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar · GRESP Grupo de Estudos de Doenças Respiratórias da APMGF · Fundação Portuguesa do Pulmão · respira · SPP Sociedade Portuguesa de Pneumologia