

Domingo, 30 de Agosto de 2026

Crises de Asma em Crianças e Adolescentes: Gatilhos no Inverno e Estratégias de Proteção

Especialistas orientam sobre prevenção de crises asmáticas em menores no inverno através de controle medicamentoso e vacinação.

Agência Brasil - Durante o período de inverno, diversos fatores podem desencadear crises de asma em crianças e adolescentes. Ambientes fechados para proteção contra o frio, a circulação intensificada de vírus respiratórios e o contato com roupas e cobertores armazenados constituem os principais desencadeadores. Especialistas orientam que a manutenção contínua do tratamento medicamentoso é essencial para manter a inflamação das vias respiratórias sob controle.

Segundo Emilio Pizzichini, coordenador da Comissão Científica de Asma da Sociedade Brasileira de Pneumologia e Tisiologia (SBPT), não é o frio em si que agrava a asma, mas sim a maior prevalência de infecções virais. Quando vírus circulam com intensidade no ambiente, podem provocar inflamação adicional nas vias aéreas de pessoas com asma inadequadamente controlada, resultando em crises respiratórias.

A medicação preventiva deve ser utilizada continuamente durante todo o ano, pois a maioria dos casos de asma requer tratamento permanente. As vacinações contra Influenza, Covid-19 e o vírus sincicial respiratório (VSR) reduzem significativamente o risco de inflamação respiratória grave e hospitalizações em asmáticos.

De acordo com dados de Pizzichini, aproximadamente 20 milhões de pessoas no Brasil vivem com asma e frequentemente enfrentam infecções respiratórias recorrentes. A falta de especialistas disponíveis torna essencial que as infecções respiratórias sejam gerenciadas na atenção primária de saúde, com particular atenção ao diagnóstico diferencial de sintomas como chiado bronquial.

Tendência Preocupante em Internações Pediátricas

Estatísticas do Datasus revelam uma proporção alarmante de hospitalizações: em julho de 2024, crianças e adolescentes de zero a 14 anos representaram 70,5% das internações por asma, totalizando 4.034 casos. Este número quase dobrou em relação às 2.108 internações registradas em janeiro do mesmo ano.

Durante o ano de 2024, o Brasil contabilizou 52.087 internações por asma, com crianças e adolescentes até 14 anos respondendo por 73,7% do total. Estes dados demonstram a vulnerabilidade particular dessa população frente às complicações asmáticas.

Medidas Preventivas Recomendadas

A pneumologista Marcela Marques, do Atendimento Multiassistencial de Saúde da organização Umane, apresenta recomendações práticas para reduzir o risco de crises: garantir ventilação adequada do ambiente residencial com exposição solar, manter limpeza regular e evitar mofo ou umidade, manter cortinas limpas e reduzir acúmulo de objetos no quarto infantil, particularmente brinquedos de pelúcia que acumulam ácaros. Recomenda-se substituir cobertores tradicionais por edredons e utilizar pano úmido para limpeza em vez de varrer, prevenindo dispersão de partículas.

A exposição ao fumo passivo, incluindo cigarros convencionais, eletrônicos e narguilé, figura entre os piores gatilhos para crises asmáticas. A pneumologista enfatiza a importância de orientação familiar desde a primeira internação, pois quando o tratamento preventivo é iniciado adequadamente, internações futuras tornam-se raras.

Orientar as famílias sobre os fatores desencadeadores, sinais de alerta e planos de ação durante crises pode prevenir comparecimentos frequentes aos serviços de emergência.

Aglomerção e Transmissão Viral

Pedro Giavina-Bianchi, alergista e imunologista do Departamento Científico de Asma da Associação Brasileira de Alergia e Imunologia (Asbai), destaca que o inverno aumenta a permanência em ambientes fechados e aglomerados, favorecendo a transmissão viral. Consequentemente, há elevação na frequência de infecções virais e, por extensão, mais crises asmáticas.

Recomenda-se que asmáticos evitem contato próximo com pessoas resfriadas ou gripadas, mantenham vacinação em dia, incluindo vacinas contra influenza e pneumococo. Estratégias como distanciamento social e uso de máscaras, comprovadamente eficazes durante a pandemia de Covid-19, continuam sendo ferramentas importantes para prevenir a transmissão de vírus respiratórios variados, incluindo rinovírus e influenza.