

## DPOC NO AMBIENTE DE TRABALHO

Estima-se que cerca de 900.000 Brasileiros apresentam DPOC causada ou agravada por condições de trabalho, isto é, atribuído a fatores ocupacionais. A Doença pulmonar obstrutiva crônica, estão entre os principais problemas adquiridos ou agravados em ambientes de trabalho devido a exposição a agentes específicos, como a poluição do ar, gases, fumos, e partículas nocivas.

### OBSTRUÇÃO DAS VIAS AÉREAS

O enfisema, parte do quadro de DPOC, provoca a destruição das paredes frágeis e fibras elásticas dos alvéolos. Isso ocasiona um pequeno colapso das vias aéreas quando você expira, prejudicando o fluxo de ar para fora dos seus pulmões. Já a bronquite crônica deixa os brônquios inflamados, e por isso eles passam a produzir mais muco. Isso pode bloquear as ramificações mais estreitas, causando dificuldade na respiração. Além disso, seu organismo desenvolve a tosse crônica, na tentativa de limpar suas vias respiratórias.

## COMO PREVENIR

A primeira atitude de prevenção contra a doença pulmonar obstrutiva crônica é parar de fumar imediatamente.

Além disso, para prevenir exacerbações da DPOC, o diagnóstico precoce é essencial. Exames como a espirometria são capazes de medir a função pulmonar e diagnosticar a doença pulmonar obstrutiva crônica.

Existem equipamentos de proteção individual (EPI) que podem reduzir o risco do desenvolvimento de doenças pulmonares relacionadas ao trabalho. A máscara (respirador) adequada ao risco a que o trabalhador está exposto é definida pelo médico do trabalho. Outros aspectos importantes são os exames admissionais e periódicos, essenciais para o controle da sua saúde.

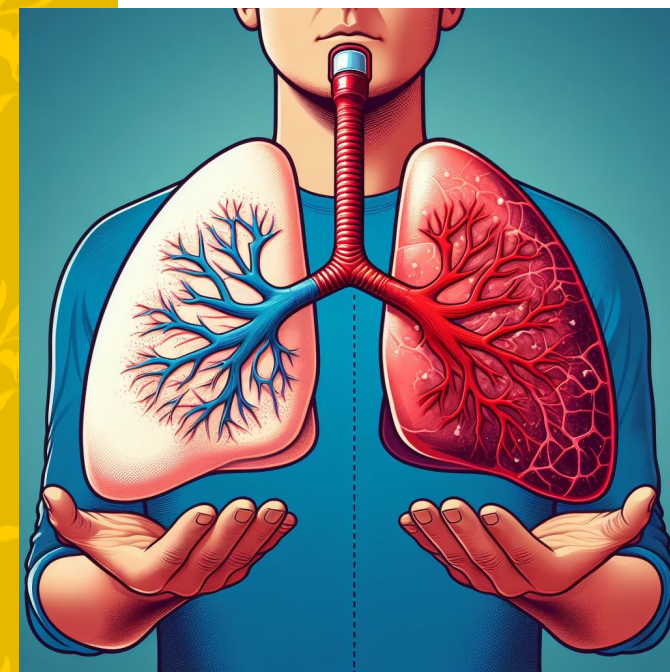
### Nome da sua empresa

Trabalhamos para melhorar a qualidade de vida dos nossos trabalhadores!

Nome da sua empresa Aqui

DDS – DIALOGO DIÁRIO DE SEGURANÇA

## DPOC—DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA



ESSE PANFLETO FOI CRIADO POR ANA PAULA BORGES

## O QUE É DPOC?

Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica, é uma doença crônica intimamente ligada ao tabagismo, que pode agravar sem o tratamento adequado, comprometendo significativamente a qualidade de vida.

A DPOC é uma das principais causas de doenças e de morte em todo o mundo. Doença grave, da qual



cerca de 40% dos doentes morrem em até 5 anos após o diagnóstico, é um sério problema de saúde pública, sendo a única das principais causas de doenças e

morte cujo indicadores vem aumentando, segundo a organização mundial de saúde.

A DPOC (doença pulmonar obstrutiva crônica) é um espectro de doenças que inclui a bronquite crônica (estreitamento das vias aéreas e paralização dos cílios) e o enfisema (danos irreversíveis nos alvéolos).



## CAUSAS

Quando você respira, entra ar nos seus pulmões através de dois grandes tubos, chamados brônquios dentro de seus pulmões, esses tubos criam diversas ramificações, como uma árvore, que terminam em aglomerados de pequenos sacos de ar (alvéolos), os sacos de ar tem paredes muito finas cheias de pequenos vasos sanguíneos chamados capilares. O oxigênio do ar que você inala passa para esses vasos sanguíneos e entra em corrente sanguínea, ao mesmo tempo, o dióxido de carbono, um gás que é produzido durante esse processo é exalado.

Seus pulmões contam com a elasticidade natural dos brônquios e sacos aéreos para forçar o ar para fora do seu corpo. Por isso seu peito infla na inspiração e desincha na expiração. A DPOC faz com que eles percam essa elasticidade, o que deixa um pouco de ar preso em seus pulmões quando você expira.

## SINTOMAS

A DPOC é uma doença insidiosa de instalação lenta. Geralmente, o primeiro sintoma é uma discreta falta de ar (dispneia) associada a esforços como subir escadas, andar depressa, ou praticar atividades esportivas. Com o passar do tempo a falta de ar vai se tornando mais intensa e é provocada por esforços cada vez menores, Nas fases mais avançadas, a falta de ar se manifesta mesmo com o doente em repouso e agrava-se muito diante das atividades mais corriqueiras. Tosse produtiva e encurtamento da respiração são sintomas que também podem estar presentes nos quadros de doenças pulmonares obstrutivas.



## DIAGNÓSTICO

O diagnóstico baseia-se nos achados do exame físico e na história do paciente. Como os sintomas podem ser indicativos da extensão do dano respiratório, é fundamental realizar um exame chamado espirometria para avaliar a capacidade ventilatória pulmonar.

Muitos especialistas recomendam que toda pessoa que fuma há mais de 10 anos faça esse exame para o diagnóstico seja feito nas fases iniciais, quando o dano aos tecidos do sistema respiratório ainda não tornou irreversível.

