

# RINITE E ASMA lideram ranking de doenças respiratórias dos brasileiros. Como saber a diferença entre as duas?



*Estações do outono e inverno ampliam incidência de casos alérgicos.*

Durante o outono e o inverno é comum que a incidência de casos alérgicos apareça. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a rinite e a asma são doenças que estão presentes em  $\frac{1}{4}$  dos brasileiros, e de acordo com a OMS a rinite alérgica pode ser considerada a doença respiratória mais presente na população global, atingindo entre 30% e 40% das pessoas. Outro levantamento de dados, feito pelo Ministério da Saúde (MS), indica que mais de 20 milhões de brasileiros são asmáticos.

Segundo a doutora Mariele Lovato, otorrinolaringologista do Hospital São Vicente, em torno de 40% das pessoas que têm rinite, também possuem asma, mas quase todos os pacientes que apresentam asma têm rinite. *“Essas duas doenças andam juntas, geralmente em quadros alérgicos, como à ácaros, pólenes, epitélio de cachorro e gato, poeira, entre outros. Quando observamos esse cenário, buscamos apresentar para os pacientes que o controle adequado da rinite ajuda a reduzir as exacerbações da asma”*, explica a doutora.

Para identificar os sintomas e saber diferenciar as doenças, a doutora Mariele conta que ambas as doenças começam quando entram em contato com algum gatilho para o paciente. Na rinite os sintomas de irritação se destacam na via aérea alta, ou seja, cavidade nasal e faringe, causando uma obstrução da respiração pelo nariz, secreção, coceira na garganta e/ou olhos, e espirros. Já a asma aparece nas vias aéreas baixas, ou seja, o pulmão, causando tosse, falta de ar, chiado ou sibilância.

## **Cuidados necessários**

É importante a realização de cuidados no ambiente para reduzir e evitar a exposição aos alérgenos que sejam gatilhos para as crises. *“Lavar o nariz com soro fisiológico diariamente e evitar fumaças e extremos de temperaturas, como respirar ar gelado, ajudam a gerar menos irritação”*, destaca Lovato.

A doutora também ressalta que se automedicar sem orientação médica prévia atrasa o início do tratamento correto, podendo agravar o quadro e levar à risco de morte, no caso da asma. Por isso, a utilização de medicações locais, tanto nasais quanto via oral, precisam ser indicadas pelo médico.

Foto: Divulgação

<https://www.jornalpanfletus.com.br/cp3.masterix.inf.br/noticia/5548/rinite-e-asma-lideram-ranking-de-doencas-respiratorias-dos-brasileiros-como-saber-a-diferenca-entre-as-duas> em 06/04/2026 15:27