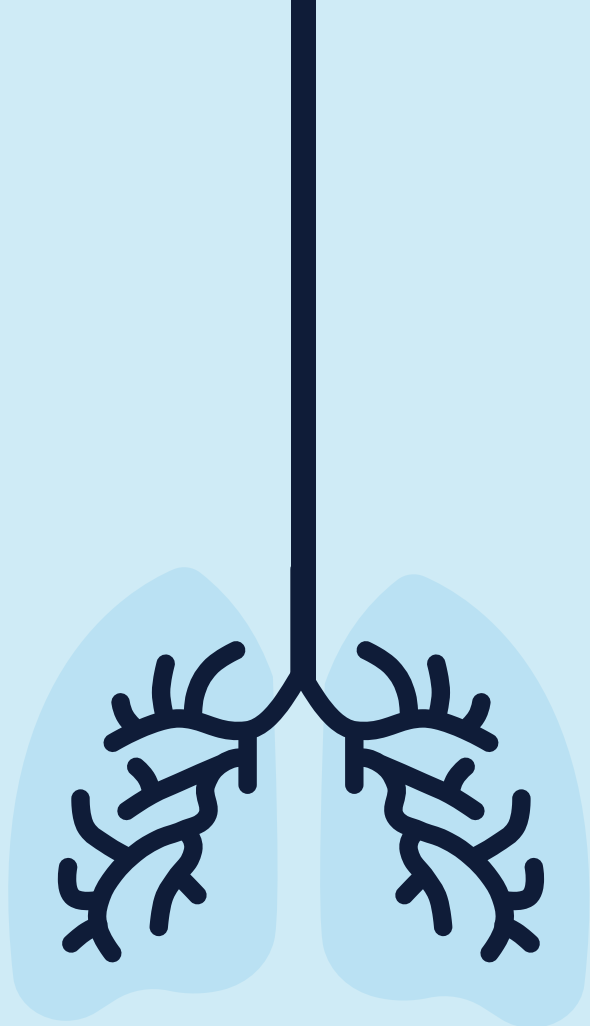




Ensino da técnica inalatória

Manual de apoio ao profissional

Este manual contém:

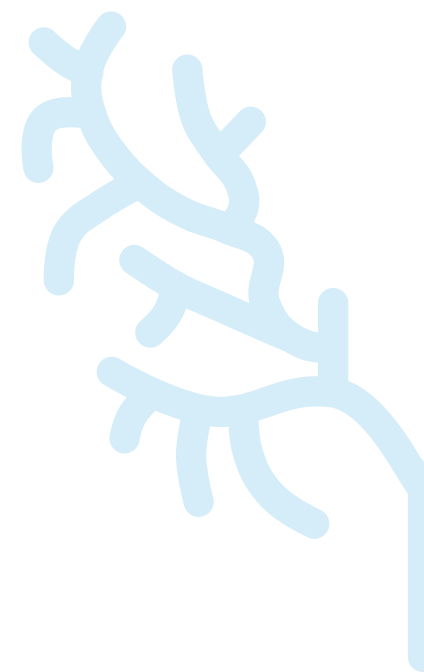
- Guias rápidos com os principais passos para a utilização dos diferentes tipos de dispositivos inalatórios.
- Vídeos demonstrativos para 19 dispositivos inalatórios.
- Alguns dos erros e desafios sentidos pelos doentes, bem como algumas dicas para lhes prestar apoio



pMDI | Inaladores Pressurizados



- 1 Destapar o cartucho. →
- 2 Agitar. →
- 3 Segurar o dispositivo na posição vertical (em forma de L).
- 4 Efetuar uma expiração máxima.
Deitar fora todo o ar dos pulmões.
- 5 Colocar o bocal do cartucho na boca e fechar completamente os lábios à volta do bocal.
- 6 Inspirar lentamente pela boca (com a língua no céu da boca).
- 7 Durante a inspiração, pressionar o cartucho uma vez e continuar a inspirar até atingir a capacidade pulmonar total.
- 8 Sustar a respiração durante 10 segundos.
Sugerir usar os dedos da mão livre para contar.
- 10 Aguardar 30 segundos entre cada inalação.



DPI | Inaladores Pó Seco Unidose

 **Sopro**
Programa Respiratório
para doentes com DPOC
NOBOX

- 1 Retirar ou deslizar tampa do dispositivo
- 2 Introduzir a cápsula, fechar o compartimento e perfurar a cápsula.
- 3 Expirar pela boca, mantendo o inalador afastado da boca.
- 4 Inspirar de forma enérgica e profundamente.
- 5 Suster a respiração durante 10 segundos.
Sugerir usar os dedos da mão livre para contar.
- 6 Eliminar a cápsula completamente vazia.
- 7 Colocar a tampa no dispositivo.

Faça scan do QR code

Aqui encontra vídeos para vários dispositivos que podem facilitar a explicação da técnica!



DPI | Inaladores Pó Seco Multidose



- 1 Retirar a tampa do dispositivo (consoante a marca).
- 2 Ativar a dose (consoante a marca). Em alguns casos, deslizar a patilha até ouvir um «clique».
- 3 Expirar pela boca, mantendo o inalador afastado da boca.
- 4 Colocar o bocal entre os dentes e fechar os lábios à volta do bocal.
- 5 Inspirar de forma enérgica e profundamente.
- 6 Sustar a respiração durante 5 segundos.
- 7 Fechar o compartimento do bocal.
- 8 Colocar a tampa no dispositivo.

- Montes Cardona, J. A., Erika, D., Nati-Castillo, H., Sánchez-Vallejo, J., & Izquierdo-Condoy, J. (2023). Characteristics of inhaler technique in COPD patients in a specialized center in Armenia, Colombia: A cross-sectional study. *Patient Preference and Adherence*, 17, 2025–2038. <https://doi.org/10.2147/PPA.S417375>

SIMs | Inaladores de Nébula Suave

Sopro
Programa Respiratório
para doentes com DPOC
novox

- 1 Segurar o inalador na posição vertical e fechado.
- 2 Rodar a base 180° na direção das setas até ouvir um «clique».
- 3 Abrir a tampa.
- 4 Expirar suavemente.
- 5 Fechar os lábios à volta do bocal, sem tapar as válvulas de entrada de ar.
- 6 Premir o botão e inspirar profundamente.
- 7 Sustar a respiração durante 5 segundos.
- 8 Fechar a tampa.

Faça scan do QR code

Aqui encontra vídeos para vários dispositivos que podem facilitar a explicação da técnica!



Vídeos explicativos dos diferentes inaladores.

Esta folha pode ser impressa separadamente, permitindo recortar o QR code correspondente ao inalador utilizado pelo doente e anexá-lo ao seu passaporte.



K haler



Flutiform



Respiamat



Breezhaler



Zonda



Handihaler



Aerolizer



Twisthaler



Turbohaler



Easyhaler



Forspiro



Genuair



Spiromax



Diskus



Ellipta



Miat Haler



Novolizer



Câmara expansora
com máscara



Câmara expansora
com bocal

- Inaladores Pressurizados
- Inaladores de Nébulas Suaves
- Inaladores de Pó Seco Unidose
- Inaladores de Pó Seco Multidose

Principais erros e dificuldades dos doentes – e como ajudar

Postura incorreta durante a inalação
(cabeça ou pescoço mal posicionados, corpo curvado)

Verifique se o doente mantém a cabeça direita, com o queixo ligeiramente elevado e sem dobrar o pescoço.

A inalação deve ser feita sentado ou de pé, nunca deitado.

Esquecer passos essenciais da técnica

não agitar o inalador pressurizado
não selar bem os lábios no bocal
não expirar antes da inalação

Estes passos são facilmente esquecidos ou mal executados. **Insista neles, sem descurar os restantes.**

Não saber como higienizar o inalador

Explique como limpar e conservar o dispositivo: limpar o bocal com um pano humedecido em água ou uma toalhita húmida. Nunca usar sabão nem mergulhar o inalador em água.

Não sustentar a respiração durante 10 segundos

Muitos doentes têm dificuldade em fazer a pausa respiratória ou não contam o tempo. Sugira contar pelos dedos ou mentalmente (“1 elefante, 2 elefantes...”).

Dúvida se o medicamento “chegou aos pulmões”

A inalação não se “sente”, o que gera insegurança.

Observe a técnica do doente e, se estiver correta, diga-lhe claramente que o medicamento está a fazer efeito. Reforce essa confiança em cada consulta.

Usar inaladores vazios (inaladores de pó seco multidose) ou fora da validade

Ensine o doente a verificar quando o inalador está a acabar e onde consultar a validade. Explique o que fazer se o prazo tiver expirado.

Não pergunte apenas se o doente tem dúvidas.

Peça-lhe sempre que demonstre a técnica inalatória e corrija os erros no momento.