

# ENFERMEDAD PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÓNICA



Es una de las enfermedades más comunes que afectan los pulmones. La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC o COPD, por sus siglas en inglés) se caracteriza por una dificultad persistente del flujo de aire que altera el proceso de respiración normal. Es una condición crónica y puede complicarse si no se trata adecuadamente.

## Existen dos formas principales

- Bronquitis crónica, la cual implica una tos prolongada con moco.
- Enfisema, el cual implica un daño a los pulmones con el tiempo.

**La mayoría de las personas que la padecen tienen una combinación de ambas afecciones.**

## Factores de riesgo

- Fumar
- Exposición a ciertos gases y productos químicos (vapores, irritantes y gases); en el sitio de trabajo.
- Exposición a cantidades considerables de contaminación o humo indirecto de cigarrillo.
- Uso frecuente de fuego para cocinar sin la ventilación apropiada.
- Infecciones repetidas de las vías respiratorias inferiores en la infancia.
- Herencia

## Síntomas

Los síntomas más frecuentes son la falta de aire, la expulsión anormal de mucosidad y la tos crónica. A medida que la enfermedad empeora, pueden hacerse muy difíciles las actividades cotidianas.

**Además se pueden presentar los siguientes síntomas:**

- Tos (con o sin flema)
- Dificultad respiratoria (disnea) que empeora con actividad leve
- Fatiga
- Dificultad para tomar aire
- Muchas infecciones respiratorias
- Sibilancias o pitos

## Diagnóstico

### Pruebas pulmonares

A través de la prueba de la función pulmonar llamada espirometría, la cual consiste en soplar con tanta fuerza como se pueda dentro de una máquina pequeña que evalúa la capacidad pulmonar. Los resultados se pueden analizar inmediatamente. Estas pruebas son esenciales para el diagnóstico.

### Imágenes

Radiografías de los pulmones pueden ser útiles, pero algunas veces los pulmones lucen normales incluso cuando una persona tiene EPOC y se ha tomado una radiografía del tórax.

## Tratamiento

- Si eres fumador, dejar de fumar te ayudará a reducir el daño al pulmón
- Tomar tus medicamentos según indique tu médico. Estos medicamentos pueden incluir inhaladores, esteroides, antiinflamatorios, antibióticos, entre otros.
- Asistencia respiratoria a través de una maquinaria.

### Para que puedas hacer tus actividades diarias con más facilidad puedes seguir las próximas recomendaciones:

- Realiza actividad física leve para que aumente tu fuerza. Consulta con tu médico qué actividad física es adecuada para ti.
- Trata de no hablar cuando camines si tienes dificultad para respirar.
- Evita el aire muy frío.

### Referencias:

Enfermedad pulmonar obstructiva crónica. Biblioteca Nacional de Medicina de E.E.U.U.  
<https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000091.htm>

Estrategia Global para el diagnóstico, tratamiento y prevención de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica 2022. Recuperado de [https://goldcopd.org/wp-content/uploads/2022/03/GUIAS-GOLD-2022\\_v3.ES\\_WMV.pdf](https://goldcopd.org/wp-content/uploads/2022/03/GUIAS-GOLD-2022_v3.ES_WMV.pdf)

## Consulta con tu médico inmediatamente si tus síntomas empeoran.

Si por alguna razón tu médico primario no estuviera disponible, podrás obtener asistencia llamando a:

**MCS medilíneaMD • 1.833.275.6276**

**24 horas / 7 días de la semana**

Salud Completa **MCS** Classicare<sup>(HMO)</sup>

MCS Classicare es un plan HMO suscrito por MCS Advantage, Inc. H5577\_22421122\_C