

EPOC



Por Lic. Hector Herrera, Terapeuta Respiratorio Certificado (National Board for Respiratory Care). Fellowship en Polisomnografia (INER).

EPOC: Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica: es una enfermedad pulmonar inflamatoria crónica, irreversible, incurable y muy discapacitante, que causa limitación del flujo de aire espiratorio (obstrucción de la salida del aire) de los pulmones. Las enfermedades que están dentro de la clasificación de EPOC son: el Enfisema pulmonar (daño a nivel de alvéolos pulmonares) y la Bronquitis crónica (daño a predominio bronquial) pudiendo incluso presentarse ambas en un mismo paciente.



Enfisema pulmonar



Bronquitis crónica

CAUSAS:

Está asociado primordialmente a la exposición a sustancias irritantes que dañan los pulmones y la vía respiratoria. La causa más frecuente es el humo o vapor de:

- Cigarrillo, pipa, tabaco e incluso el cigarrillo electrónico (vapeo)
- Uso frecuente de fuego para cocinar sin la ventilación apropiada (leña, carbón)
- Exposición a cantidades considerables de contaminación (polución) o humo indirecto de cigarrillo
- En pocos casos, adultos no fumadores que carecen de una proteína llamada Alfa-1 antitripsina, pueden desarrollar enfisema pulmonar, algunas veces antes de los 40 años de edad



SINTOMAS:

Los síntomas empeoran gradualmente en la medida que la enfermedad avanza.

- Dificultad para respirar (Disnea) que es persistente, asociada al esfuerzo, que aumenta con el tiempo hasta aparecer en reposo, limitando las actividades de la vida diaria (caminar, ducharse, peinarse etc.)
- Tos crónica con producción de moco (esputo) especialmente en la bronquitis crónica.
- Sibilancias (sonido silbante durante la respiración, que ocurre cuando el aire se desplaza a través de los conductos respiratorios estrechos en los pulmones).



En los casos avanzados, el paciente puede requerir oxígeno suplementario en casa, debido a la disminución del oxígeno en la sangre (hipoxemia). Las horas de oxígeno indicadas por su médico, pueden ser en las noches para dormir, o requerirlo de forma continua incluido durante el día. El uso de oxígeno en los pacientes con EPOC severo estable, ha demostrado que aumenta la sobrevivencia. En los casos más graves, los pacientes pueden beneficiarse del uso de soporte ventilatorio no invasivo (Bi-level) como terapia de rescate o mantenimiento, disminuyendo las hospitalizaciones por exacerbación (agravamiento), secundarias a procesos infecciosos que descompensan la enfermedad.



VENTILACIÓN NO INVASIVA (VNI) CON EQUIPO BI- NIVELADO

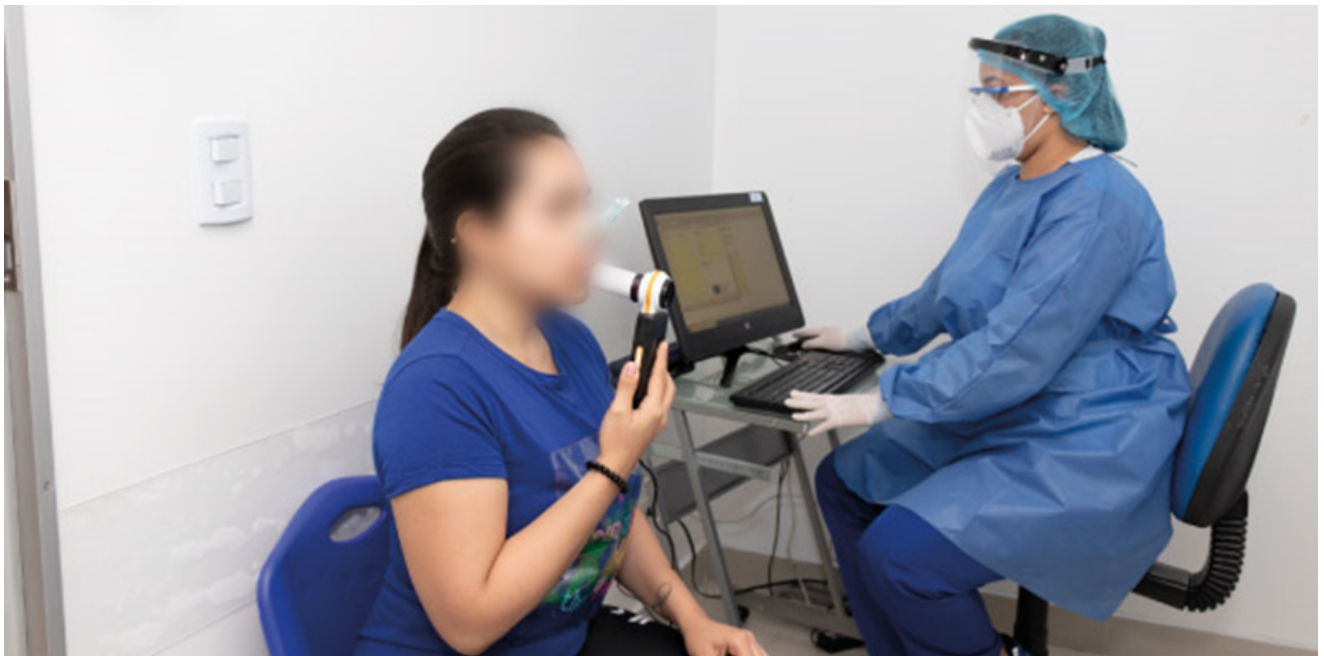


Si usted presenta alguno de estos síntomas pudiera tener EPOC

- Hábitos tabáquicos
- Disnea (dificultad para respirar) especialmente durante una actividad física.
- Sibilancias.
- Tos crónica con producción de esputo (mucosidad espesa que viene de los pulmones). Esta puede ser clara, amarilla o verdosa y su cambio de color puede estar relacionada con un proceso infeccioso de la vía respiratoria.
- Sensación de opresión del pecho.
- Infecciones respiratorias frecuentes.
- Pérdida de peso.

¿ Qué debo hacer si tengo diagnostico de EPOC ?

- Debe acudir a un médico Neumólogo quien le realizará un estudio de funcionalismo pulmonar (Espirometría) para hacer el diagnóstico y precisar la severidad de la enfermedad.
- Dejar de fumar es determinante para evitar la inhalación de ese agente irritante de la vía respiratoria y aliviar los síntomas respiratorios. Adicionalmente se ha demostrado que no fumar, evita la progresión de la enfermedad.
- Cumplir el tratamiento farmacológico especializado indicado por su médico.



ESPIROMETRIA (PRE Y POST BONCODILATADOR)

¿ Puede ayudar la Rehabilitación Respiratoria ?

Los pacientes con diagnóstico de EPOC que ingresan a un programa de rehabilitación respiratoria ,presentan un aumento de la tolerancia al ejercicio, que les permite un mejor desempeño al realizar actividades de la vida diaria, teniendo un impacto directo en su calidad de vida.



“ Actualización 2021 de la Guía Española para el manejo de la EPOC (GesEPOC).

<https://doi.org/10.1016/j.arbres.2021.03.005> 0300-2896/© 2021 SEPAR.