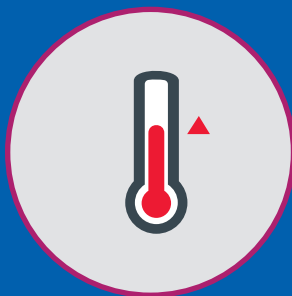
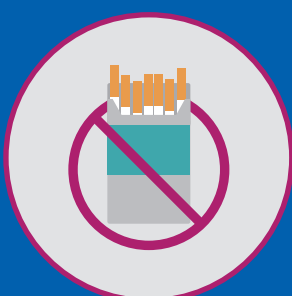


EPOC

QUÉ ES LA EPOC



¿QUÉ ES LA EPOC?

La EPOC (Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica) es una enfermedad crónica que afecta a los pulmones, fundamentalmente asociada al consumo del tabaco.

También puede verse en personas no fumadoras por exposición durante años al humo de cocinas o estufas de leña, por una excesiva contaminación ambiental o laboral e incluso en fumadores pasivos.



¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA EPOC?

El tabaco produce una inflamación y destrucción de los bronquios, dando lugar a una obstrucción de los mismos y provocando los siguientes síntomas:

- Sensación de falta de aire que suele ser progresiva a lo largo de los años.
- Tos.
- Expectoración (expulsión de moco).
- Catarros de pecho que duran más que en otras personas.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA LA EPOC?

Mediante una **espirometría**, una sencilla prueba de respiración que mide su capacidad pulmonar y detecta si hay limitación en el paso del aire (obstrucción).

Con los resultados de esta prueba, junto con el peso del paciente, sus síntomas y la capacidad de ejercicio, se gradúa la gravedad de la EPOC.



¿CÓMO SE TRATA LA EPOC? MEDIDAS GENERALES:

- **Abandono del tabaco** y de otros factores de riesgo, si existen: contaminantes laborales, humo procedente de la combustión de biomasa, tabaquismo pasivo, etc.
- **Evitar el frío** y los cambios bruscos de temperatura
- Evitar el contacto con personas afectadas de **infecciones respiratorias**.
- Mantener, en el domicilio, un **ambiente óptimo** de temperatura y humedad.
- **Vacunarse** contra la gripe todos los años.
- **Vacunarse** contra el neumococo, cuando su médico se lo indique.
- **Realizar ejercicio físico regularmente**. No se vuelva perezoso. Inténtelo, cada vez aguantará más.



¿CÓMO SE TRATA LA EPOC? FÁRMACOS:

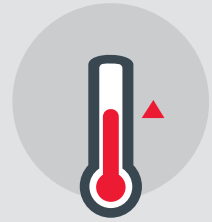
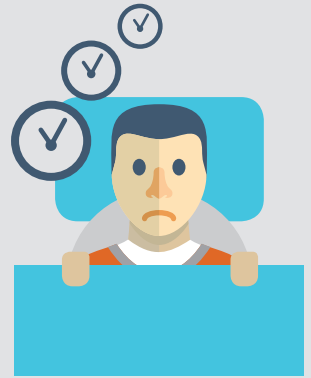
- El tratamiento de la EPOC se realiza fundamentalmente con inhaladores. Estos pueden ser **broncodilatadores** (aumentan el diámetro de sus bronquios para facilitar el paso del aire) o **antiinflamatorios** (reducen la inflamación bronquial).
- Es importante que conozca qué inhaladores son los que tienen una **acción rápida y que le servirán para aliviar los síntomas** (se llaman “de rescate”, se toman “a demanda” y es necesario tenerlos siempre a mano por si los precisa) y qué inhaladores debe tomar **de forma fija para controlar la enfermedad**.
- Utilice los inhaladores siempre en el **orden, a la dosis e intervalo de dosis** que se le indique.
- Debe realizar la **técnica inhalatoria de forma correcta** para que el fármaco pueda llegar en cantidad suficiente a sus pulmones. Si tiene dudas, pregunte a su médico o enfermero/a.
- **Recuerde siempre llevar a la consulta del médico los inhaladores que está usando.**



¿CÓMO RECONOZCO UNA AGUDIZACIÓN?

Una agudización es un empeoramiento de la enfermedad que puede llegar a ser grave y que puede manifestarse con los siguientes síntomas:

- Aumento de la dificultad para respirar
- Aumento de la tos
- Aumento de la expectoración o color más amarillento o verdoso de la misma
- Fiebre
- Mayor necesidad de inhaladores "de rescate"
- Sonidos respiratorios anormales
- Dolor en el pecho
- Disminución de la conciencia, dolor de cabeza, exceso de sueño
- Inflamación de las piernas



Autores:

Dr. Joaquín Cegoñino de Sus, neumólogo Hospital San Jorge (Huesca)
Dr. José Pablo Herrero Jarque, neumólogo Hospital de Barbastro (Huesca)
Dr. Diego Ferrer Pargada, neumólogo Hospital de Barbastro (Huesca)

D.U.E. M^o Pilar Martín Alós (Centro de Especialidades de Monzón, Huesca)
D.U.E. Mercedes García Solans (Hospital de Barbastro, Huesca)
D.U.E. Ana M^o Nasarre Ger (Hospital de Barbastro, Huesca)
D.U.E. Ana M^o Puyal Melé (Hospital de Barbastro, Huesca)

Con la colaboración de Jorge Vitales

PRRESDIP1555 Noviembre 2015

Con la colaboración de:



Fundación
Lovexair
cuida tus pulmones



Programa de
Información sobre
Asma y EPOC

 **Chiesi**
People and ideas for innovation in healthcare