



# Universidad Del Sureste Campus Comitán

## Licenciatura en Medicina Humana

### Ensayo

Octavo semestre  
Grupo: "B"

Medicina basada en evidencia

Alumno: Félix Alejandro Albores  
Méndez

Dr. Alonzo Diaz Reyes

## **introducción**

**La Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica, es mucho más que una afección respiratoria; es una realidad que afecta la vida de millones de personas en todo el mundo. Se trata de una condición progresiva y, en muchos casos, irreversible que dificulta la respiración, limitando la capacidad de los pacientes para realizar actividades cotidianas. Desde una simple caminata hasta subir escaleras, cada esfuerzo puede convertirse en un reto para quienes padecen esta enfermedad.**

**Uno de los aspectos más preocupantes de la EPOC es su carácter silencioso. Muchas personas no son conscientes de los primeros signos, como tos crónica y dificultad para respirar, hasta que la enfermedad ha avanzado significativamente. Para cuando buscan ayuda médica, el daño pulmonar ya es considerable. Esto, sumado a la falta de un diagnóstico temprano, contribuye a que la EPOC sea una de las principales causas de morbilidad y mortalidad en todo el mundo.**

**El impacto de esta enfermedad va más allá de los pacientes: afecta a sus familias, a los sistemas de salud y a la sociedad en general. La carga económica es significativa debido a hospitalizaciones frecuentes, el uso prolongado de medicamentos y la necesidad de oxigenoterapia en etapas avanzadas. Además, es una enfermedad que puede ser prevenible en muchos casos, lo que hace aún más relevante la educación y el acceso a estrategias de prevención.**

**La calidad de vida de los pacientes, proporcionando recomendaciones claras para el diagnóstico, tratamiento y manejo de la enfermedad. La actualización constante de estas guías es clave para garantizar que los profesionales de la salud cuenten con las mejores herramientas para abordar la EPOC desde una perspectiva integral.**

**Más allá de los medicamentos y las terapias, es fundamental crear conciencia sobre los factores de riesgo y promover un enfoque preventivo. La eliminación**

**del tabaquismo, la reducción de la exposición a contaminantes y el acceso a un tratamiento oportuno pueden marcar la diferencia entre vivir con limitaciones o mantener una calidad de vida óptima.**

**En este ensayo, exploraremos las causas, el diagnóstico y las estrategias más actuales para el manejo de la EPOC, con el objetivo de entender su impacto y cómo podemos contribuir a mejorar la vida de quienes la padecen.**

**El EPOC es el resultado de una combinación de factores ambientales y predisposiciones genéticas que, con el tiempo, causan daño irreversible a los pulmones. Comprender estas causas es el primer paso para prevenir la enfermedad y reducir su impacto. El consumo de tabaco es, sin lugar a duda, el principal factor de riesgo de la EPOC. El humo del cigarrillo contiene más de 7,000 sustancias químicas, muchas de ellas tóxicas y carcinógenas, que dañan progresivamente los pulmones.**

**El proceso es lento y acumulativo: con cada inhalación, las vías respiratorias se inflaman, la función pulmonar disminuye y la capacidad de los pulmones para intercambiar oxígeno se deteriora.**

**Los fumadores pasivos expuestos constantemente al humo del tabaco también presentan un riesgo elevado de desarrollar la enfermedad. Esto incluye familiares de fumadores, compañeros de trabajo y hasta niños expuestos al humo en el hogar. La contaminación ambiental desempeña un papel clave en el desarrollo de la EPOC.**

**La exposición prolongada a sustancias como el polvo, gases tóxicos y humo de combustibles de biomasa puede generar inflamación crónica en las vías respiratorias, ciertos entornos laborales representan un riesgo significativo.**

**Personas que trabajan en fábricas, minas o en contacto constante con químicos pueden desarrollar EPOC ocupacional, una variante causada por la exposición prolongada a partículas irritantes.**

**Los factores genéticos y enfermedades en la infancia tienen un peso enorme en la aparición de la EPOC, la genética también juega un papel importante. Una condición hereditaria poco común, la deficiencia de alfa-1 anti-tripsina, hace que algunas personas sean más propensas a desarrollar la enfermedad, incluso si nunca han fumado.**

Las enfermedades respiratorias graves durante la infancia pueden afectar el desarrollo pulmonar y aumentar el riesgo de padecer EPOC en la adultez. Esto demuestra que la prevención debe comenzar desde los primeros años de vida.

El diagnóstico temprano de la EPOC es clave para mejorar el pronóstico de los pacientes y evitar complicaciones. La espirometría sigue siendo la prueba más fiable para confirmar la enfermedad. Esta prueba mide la cantidad de aire que una persona puede exhalar y la velocidad con la que lo hace, permitiendo detectar obstrucciones en los pulmones.

Los criterios GOLD, se establece cuando el FEV1/FVC post-broncodilatador es menor a 0.7, lo que indica obstrucción persistente. Además, GOLD clasifica la enfermedad en cuatro grados de severidad:

1. Leve (GOLD 1): FEV1  $\geq$  80% del valor esperado.
2. Moderado (GOLD 2): FEV1 entre 50-79%.
3. Grave (GOLD 3): FEV1 entre 30-49%.
4. Muy grave (GOLD 4): FEV1 < 30%.

El tratamiento de la EPOC ha evolucionado significativamente en los últimos años. Las **GPC** recomiendan enfoques personalizados según la gravedad de la enfermedad y las características de cada paciente.

### Tratamiento farmacológico

- **Broncodilatadores de acción prolongada (LABA/LAMA)** para mejorar la función pulmonar.
- **Corticosteroides inhalados (ICS)** en pacientes con exacerbaciones frecuentes.
- **Terapia combinada** para casos graves.

### Manejo no farmacológico

- **Rehabilitación pulmonar** para mejorar la capacidad física.
- **Oxigenoterapia** en pacientes con hipoxemia crónica.
- **Abandono del tabaquismo**, la medida más efectiva para frenar el avance de la enfermedad.

## **Conclusión**

**El EPOC es una enfermedad grave. Con el diagnóstico adecuado y estrategias de manejo basadas en evidencia, los pacientes pueden mejorar su calidad de vida y reducir el impacto de la enfermedad. La clave está en la prevención, la educación y el acceso oportuno a tratamientos eficaces.**

**Bibliografía**

**Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease (GOLD). (2025). *Global Strategy for the Diagnosis, Management, and Prevention of COPD*.**

Recuperado de GOLD.

***Guía de Práctica Clínica Mexicana de EPOC 2025*. Sociedad Mexicana de Neumología y Cirugía de Tórax e Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias Ismael Cosío Villegas. Recuperado de mEDIGRAPHIC**