



Mi Universidad

Ensayo

Abril Amairany Ramírez Medina

EPOC

3er parcial

Medicina basada en evidencias

Dr. Alonso Díaz Reyes

Medicina humana

8vo semestre Grupo C

Comitán de Domínguez, Chiapas. 30 de mayo de 2025

EPOC

Introducción

La Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) es una afección respiratoria progresiva que dificulta la respiración y afecta a millones de personas en todo el mundo. Caracterizada por una obstrucción persistente del flujo de aire en los pulmones, la EPOC incluye condiciones como el enfisema y la bronquitis crónica. A pesar de su alta prevalencia y gravedad, muchas personas desconocen que la padecen, lo que resalta la importancia de la concienciación y el diagnóstico temprano.

Definición

La EPOC, o enfermedad pulmonar obstructiva crónica, es una afección causada por lesiones en las vías respiratorias u otras partes del pulmón. Esta lesión puede causar inflamación y otros problemas que bloquean el flujo de aire y dificultan la respiración.

El término EPOC se refiere a dos afecciones principales:

Enfisema, que se presenta cuando las paredes entre muchos de los sacos de aire de los pulmones están dañadas. Normalmente, estos sacos son elásticos o expansibles. Al inhalar, cada uno de los sacos se llena de aire, como un pequeño globo. Al exhalar, los sacos de aire se desinflan y el aire sale. Con el enfisema, los pulmones tienen más dificultad para sacar el aire de su cuerpo.

Bronquitis Crónica (de larga duración), que se presenta por una irritación o inflamación repetida o constante del revestimiento de las vías respiratorias. Se forma una gran cantidad de mucosidad espesa (flema) en las vías respiratorias, lo que dificulta la respiración.

Causas y factores de riesgo

La principal causa de la EPOC es el tabaquismo, responsable de aproximadamente el 95% de los casos en países desarrollados. Sin embargo, existen otros factores de riesgo significativos, como la exposición prolongada a contaminantes ambientales, polvo y productos químicos en el lugar de trabajo, y la inhalación de humo de leña en espacios mal ventilados, infecciones y la edad de >40 años. Además, factores genéticos, como la deficiencia de alfa-1 antitripsina, también pueden predisponer a una persona a desarrollar EPOC.

Síntomas y diagnóstico

Al principio, es posible que el EPOC no produzca síntomas o que solo cause síntomas leves. A medida que la enfermedad empeora, los síntomas suelen volverse más graves. Puede haber momentos en que los síntomas empeoren repentinamente, lo que se conoce como una reagudización o una exacerbación, debido a factores desencadenantes como una infección o algo en el ambiente como el polvo o el humo.

Los síntomas de la EPOC suelen desarrollarse lentamente y empeoran con el tiempo. Entre los más comunes se encuentran la tos crónica con producción de mucosidad, dificultad para respirar (disnea), opresión en el pecho, sibilancias cuando respira o crepitantes y fatiga. Estos síntomas pueden limitar significativamente la capacidad de una persona para realizar actividades diarias.

El diagnóstico se realiza mediante pruebas de función pulmonar, siendo la espirometría la más utilizada. Esta prueba mide la cantidad de aire que una persona puede exhalar y la velocidad con la que lo hace, ayudando a determinar la gravedad de la obstrucción del flujo de aire. También nos podemos apoyar de estudios de imagen como la radiografía de tórax, tomografía computarizada de tórax,

Tratamiento y manejo

Aunque la EPOC no tiene cura, existen tratamientos que pueden ayudar a controlar los síntomas y mejorar la calidad de vida. Estos incluyen medicamentos

broncodilatadores, corticosteroides inhalados, cirugía, hasta un trasplante pulmonar, terapia con oxígeno y programas de rehabilitación pulmonar. La rehabilitación pulmonar, que combina ejercicio físico, educación y apoyo, ha demostrado ser eficaz para mejorar la capacidad funcional y reducir las hospitalizaciones. Además, dejar de fumar es la intervención más importante para ralentizar la progresión de la enfermedad.

Prevención y concienciación

La prevención de la EPOC se centra principalmente en evitar la exposición a factores de riesgo, especialmente el tabaquismo. Las campañas de concienciación pública y las políticas de control del tabaco son esenciales para reducir la incidencia de la enfermedad. Además, es fundamental educar a la población sobre los síntomas de la EPOC y la importancia del diagnóstico temprano para iniciar el tratamiento adecuado y mejorar los resultados a largo plazo.

Conclusión

La EPOC es una enfermedad respiratoria crónica que representa una carga significativa para los individuos y los sistemas de salud. A través de la prevención, el diagnóstico temprano y el manejo adecuado, es posible mejorar la calidad de vida de las personas afectadas y reducir la mortalidad asociada. Es imperativo continuar los esfuerzos en investigación, educación y políticas de salud pública para abordar eficazmente esta enfermedad.

Bibliografía

Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre. (s.f.). Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). National Heart, Lung, and Blood Institute. <https://www.nhlbi.nih.gov/es/salud/epoc>