

Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica: Cuales son sus Causas y Riesgos



La Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) es un trastorno respiratorio progresivo que se caracteriza por una obstrucción persistente del flujo aéreo, y se mantiene como una de las principales causas de morbi-mortalidad en Chile y el mundo.

Así lo advirtió la directora de la Escuela de Enfermería de la Universidad de Talca, Claudia Zenteno Cáceres, quien explicó que esta patología se asocia principalmente a la exposición prolongada a agentes irritantes, especialmente el humo del tabaco.

Cifras preocupantes en Chile, La académica señaló que las cifras nacionales reflejan una carga sanitaria significativa, ya que la prevalencia estimada en personas mayores de 40 años se ubica entre 3,2% y hasta 16,9%, según estudios clínicos realizados con espirometría.

Asimismo, se estiman aproximadamente 2 mil muertes al año atribuibles a la EPOC en el país, mientras que el tabaquismo activo sigue siendo un factor de alto riesgo, considerando que un 33% de la población adulta se declara fumadora.

Principales causas y factores de riesgo, Zenteno detalló que, además del tabaquismo, la EPOC se relaciona con otros factores como:

Humo de tabaco pasivo, Exposición a biomasa, especialmente humo de leña utilizado en calefacción o cocción

Contaminación ambiental y polución intradomiciliaria, Exposición laboral a polvos, químicos o gases irritantes Infecciones respiratorias recurrentes en la infancia Según explicó, estos elementos generan inflamación crónica, remodelación de la vía aérea y destrucción del tejido pulmonar (enfisema), lo que provoca una progresiva pérdida de la función respiratoria.

Prevención: el tabaco es clave, La docente hizo un llamado a evitar el tabaco o dejar de fumar, indicando que "es el único factor que puede frenar la progresión de la enfermedad".

Además, recomendó: Alejarse de ambientes con humo de cigarrillo, Mejorar la ventilación del hogar, especialmente si se utiliza leña, Realizar espirometrías preventivas en mayores de 40 años fumadores o exfumadores.

Tratamientos disponibles, Aunque la EPOC no tiene cura porque el daño pulmonar es irreversible, existen tratamientos que permiten:

Disminuir síntomas como disnea, tos y expectoración Reducir exacerbaciones Mejorar la capacidad funcional y calidad de vida Disminuir la progresión de la enfermedad El manejo incluye tratamiento farmacológico como broncodilatadores, antimuscarínicos, agonistas beta y corticosteroides inhalados, especialmente en pacientes con exacerbaciones frecuentes.

También contempla medidas no farmacológicas como rehabilitación pulmonar, programas para dejar de fumar, vacunación anual contra influenza y neumococo, oxigenoterapia domiciliaria en casos avanzados y educación del paciente y sus cuidadores.