

# Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica: cuáles son sus causas y riesgos

Académica de la Universidad de Talca se refirió a esta dolencia fuertemente asociada a la exposición prolongada al humo de cigarrillo y cómo se puede prevenir.

La Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) es un trastorno respiratorio progresivo que se caracteriza por la obstrucción persistente del flujo aéreo y es 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 añadió que esta patología se asocia a la exposición prolongada a agentes irritantes, principalmente el humo del tabaco.

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 con espirometría».

Según la docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la casa de estudios, se estiman en aproximadamente «2 mil muertes al año que son atribuibles a EPOC en el país, y el tabaquismo activo sigue siendo un factor de alto riesgo: un 33 % de la población adulta se declara fumadora».

«También el EPOC se asocia a 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 y/



o infecciones respiratorias recurrentes en la infancia, que pueden predisponer al daño pulmonar», detalló Zenteno.

Estos elementos «dijo- producen inflamación crónica, remodelación de la vía aérea y destrucción del parénquima pulmonar (enfise-

ma), lo que explica la progresiva pérdida de la función respiratoria.

## Prevención

La docente llamó a evitar el tabaco o directamente dejar de fumar, así como a alejarse de posibles exposiciones al humo de cigarrillos. «Este es el único

factor que puede frenar la progresión de la enfermedad», manifestó. Además, aconsejó mejorar la ventilación de los hogares, especialmente en contextos donde se utiliza leña para calefacción o cocina y realizar espirometrías preventivas en personas mayores de 40 años con riesgo (fumadores o exfumadores).

«La EPOC no tiene cura, ya que el daño pulmonar es irreversible. Sin embargo, existen tratamientos que permiten disminuir los síntomas respiratorios (disnea, tos, expectoración), reducir la frecuencia de exacerbaciones, mejorar la capacidad funcional y la calidad de vida y disminuir la progresión de la enfermedad», señaló.

Por otra parte, dijo, el

manejo incluye tratamiento farmacológico como «uso de broncodilatadores (de acción corta y prolongada), antimuscarínicos de larga acción, agonistas beta de larga acción y corticosteroides inhalados, especialmente en pacientes con exacerbaciones frecuentes».

«También hay tratamiento no farmacológico que incluye rehabilitación pulmonar, fundamental para mejorar la tolerancia al ejercicio; programas para dejar de fumar, vacunación anual contra influenza y contra neumococo, oxigenoterapia domiciliar en casos avanzados y educación del paciente y sus cuidadores», puntualizó la enfermera y docente.