

Fecha: 22-01-2026  
Medio: La Discusión  
Supl.: La Discusión  
Tipo: Noticia general  
Título: **Especialistas advierten cuidados ante la exposición constante al humo y signos de alerta**

Pág.: 8  
Cm2: 786,8  
VPE: \$ 783.646

Tiraje: 3.500  
Lectoría: Sin Datos  
Favorabilidad: ☐ No Definida

LA DISCUSIÓN  
diario@ladiscusion.cl  
FOTOS: UDEC

DURANTE LOS INCENDIOS

# Especialistas advierten cuidados ante la exposición constante al humo y signos de alerta

**Irritación, silbidos al respirar y tos seca son algunos de los síntomas frecuentes. Las personas con enfermedades crónicas, especialmente las respiratorias, deben evitar exponerse para prevenir la descompensación.**

## Incluso personas sanas

El broncopulmonar recordó que el humo de los incendios pueden enfermar incluso a las personas sanas. "La mejor protección para las personas que no están en la primera línea o que no son afectados, es reducir la exposición. Solo salir en caso de extrema necesidad, usar las mascarillas adecuadas y consultar precozmente a los servicios de urgencia que están dispuestos para eso y que tienen el conocimiento para dar respuesta y resolución a este tipo de problemas", cerró.

mantenerse en su domicilio y evitar abrir las ventanas, no ventilar la casa, porque el ambiente va a estar mejor adentro, con menos densidad de partículas", aseguró Aguayo.

Recomendó que, si ya tienen síntomas de descompensación de su enfermedad de base, "deben concurrir los servicios de urgencia más cercanos para evaluación con los médicos, evaluar el uso de oxígeno y los tratamientos adecuados".

"Los pacientes con problemas cardíacos, cuando tenemos humos en el ambiente y emergencias ambientales, también aumentan el riesgo de infartos y de preinfartos", aclaró, destacando que, si tienen dolor

al pecho o sensación de opresión, deben concurrir a los servicios de urgencia inmediatamente.

Por su parte, el Dr. Zenteno recordó que los pacientes con patologías crónicas "deben mantener su tratamiento. Más aún en este periodo, en que se espera que algunos se exacerben o aumenten su nivel de síntoma respiratorio". El especialista invitó a seguir al pie de la letra las indicaciones del profesional tratante, porque con la calidad del aire presentes en este momento un paciente crónico "va a ser más susceptible a aumentar su clínica respiratoria, a infecciones respiratorias que pueden implicar hasta hospitalización".

## Especial atención al humo de incendios cerca de las infancias

"Si están muy expuestos, cercanos a la fuente de humo, pueden presentar síntomas respiratorios relacionados con la inflamación, que son tos, congestión nasal, irritación de los ojos. Incluso en casos muy severos, signos de dificultad respiratoria", detalló el Dr. Zenteno, quien es también Jefe del Equipo Broncopulmonar Pediátrico del Hospital Regional (HGGB).

Ante estos casos, el especialista llamó a alejar a niños y niñas del humo

directo, ya que la exposición constante "al ser pro-inflamatorio, va a facilitar darle nicho a las infecciones respiratorias que, afortunadamente, en este periodo han bajado bastante".

El pediatra broncopulmonar destacó el deporte en la infancia como algo "super bueno", por lo que es difícil prohibirlo, pero recomendó preferir actividades que sean dentro de las casas.

## Recomendaciones generales ante la presencia de humos

Como forma de evitar aumentar la contaminación en el ambiente, el Dr. Aguayo recomendó que las personas fumadoras se abstengan durante los días más complejos, porque "el humo del cigarro aumenta mucho más el riesgo de infecciones respiratorias, de que tengan bronquitis, neumonías y otras complicaciones". Sumó la petición a no prender velas, salvo en caso de apagones, y no utilizar incensos.

"Falta de aire, sensación de que el aire no pasa, dolor al pecho, dolor torácico, tos con silbidos intensos, pacientes que estén con mareo o con confusión, o pacientes que ya definitivamente estén con los labios morados deben ir a un servicio de urgencia", aseguró el Dr. Aguayo.

Si hay síntomas de descompensación de su enfermedad de base, se debe concurrir los servicios de urgencia.

**E**l avance de los incendios forestales en distintas zonas del país ha generado un aumento significativo del humo ambiental, deteriorando la calidad del aire hasta niveles perjudiciales para la salud. Efectos respiratorios y cardiovasculares de la exposición prolongada a partículas de monóxido de carbono y otros compuestos irritantes presentes en el humo, refuerzan la importancia de reducir el contacto y consultar oportunamente ante síntomas de alarma.

Según explicó el pediatra broncopulmonar y académico de la Facultad de Medicina de la Universidad de Concepción, Dr. Daniel Zenteno Araos, el impacto de la exposición depende de la cercanía a la fuente de humo y de las condiciones de salud de cada persona. "Hay personas que son más susceptibles y otras menos. Los más susceptibles son quienes tienen enfermedades respiratorias crónicas, tales como asma y Epoc en el adulto", detalló.

Ardor de ojos, irritación nasal, picazón de garganta, tos seca, silbidos al respirar pueden ser algunos de ellos, siendo mucho más preocupante su aparición en personas con enfermedades crónicas, debido al riesgo de descompensación.

En casos de alta exposición al monóxido de carbono, cuando las personas se mantienen cerca de los focos de incendio, puede aparecer dolor de cabeza, náuseas y mareos. "Las personas que están en la primera línea podrían tener síntomas de intoxicación con monóxido de carbono también", afirmó el docente de la Facultad de Medicina UdeC, Dr. Miguel Aguayo Castillo, refiriéndose a bomberos y personal de emergencias que se encuentra combatiendo el fuego.

El también médico broncopulmonar destacó que la exposición prolongada a humo puede descompensar enfermedades crónicas. "Se han descrito algunas entidades que son asociadas a la exposición prolongada, que causa a los pacientes hiperreactividad bronquial y muchos síntomas similares a un asma, con ruido respiratorio", comentó.

Destacó, además, que el humo de incendios no siempre es la quema de vegetación, pues también el incendio afectó a hogares y eso genera humos tóxicos cuya composición desconocemos.

Por el momento, ambos especialistas recomendaron el uso de mascarillas al salir. "La mascarilla que produce filtro de estas partículas es la KN95. La mascarilla quirúrgica puede ayudar a disminuir la partícula gruesa, pero la partícula fina solo la disminuye la KN95", especificó el Dr. Aguayo. Además, invitó a que las personas que no tienen obligación de salir y las que viven con enfermedades crónicas se abstengan de la exposición al humo. El deporte al aire libre no es recomendable en estos contextos, hasta que bajen las alertas ambientales.

## Cuidados en pacientes con enfermedades crónicas

Las personas con enfermedades crónicas, especialmente las respiratorias como EPOC, asma o fibrosis, junto a quienes sufren problemas cardíacos, tienen mucho más riesgo de generar descompensaciones y crisis. "Las personas debieran, ojalá,

