

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

El 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,

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 (HGR).

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 cigarrillo aumenta mucha 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 inciensos.

"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.

