THE NORMAN LEAR CENTER | USC ANNENBERG
HOLLYWOOD, HEALTH & SOCIETY
Entertainment Education for Television, Movies & New Media

Hoja de consejos: Enfermedad respiratoria crónica

¿Cuál es el problema?
Las enfermedades respiratorias crónicas son enfermedades crónicas de las vías aéreas y otras estructuras del pulmón. Algunas de las más comunes son: asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, enfermedades pulmonares ocupacionales e hipertensión pulmonar. La enfermedad respiratoria crónica de las vías respiratorias inferiores, fundamentalmente la enfermedad pulmonar obstructiva crónica, fue la tercera causa principal de muerte en los Estados Unidos en 2011. Aproximadamente quince millones de estadounidenses han recibido un diagnóstico de EPOC.

La Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica, o EPOC, se refiere a un grupo de enfermedades que causan bloqueo del pasaje de aire y problemas vinculados con la respiración. Incluyen el enfisema, la bronquitis crónica y, en algunos casos, el asma. La función de los pulmones es llevar oxígeno (que se abrevia como O_2) al organismo, y eliminar el dióxido de carbono (que se abrevia como CO_2). El oxígeno es un gas que nos brinda energía, mientras que el dióxido de carbono es un producto de desecho, como los "gases de escape" del organismo.

¿Quiénes corren riesgo?
En los Estados Unidos, el humo de tabaco es un factor clave en el desarrollo y la progresión de las enfermedades respiratorias crónicas, incluida la EPOC, aunque también influyen la exposición a los contaminantes del aire en el hogar y el lugar de trabajo, los factores genéticos y las infecciones respiratorias.

Los siguientes grupos fueron los más proclives a informar EPOC:

- Personas de entre 65 y 74 años.
- Personas de raza blanca no hispanas.
- Mujeres.
- Personas que estaban desempleadas, jubiladas o que no podían trabajar.
- Personas con un nivel de educación inferior a la escuela secundaria.
- Personas con menores ingresos.
- Personas divorciadas, viudas o separadas.
- Personas que fuman en la actualidad o exfumadores.
- Personas con antecedentes de asma.

¿Puede prevenirse?
Las enfermedades respiratorias se pueden prevenir. Si se evitan la exposición al humo de tabaco y a los contaminantes presentes en el hogar y en el lugar de trabajo y las infecciones respiratorias, se puede prevenir la EPOC. El hábito de fumar es la causa más común de enfermedades respiratorias crónicas como la EPOC. Dejar de fumar es la parte más importante del tratamiento para los fumadores que reciben un diagnóstico de enfermedad respiratoria crónica. Los contaminantes del aire, tanto de interiores como de exteriores, también pueden causar problemas respiratorios. La contaminación del aire puede irritar, inflamar o destruir los tejidos del pulmón. Al lavarse las manos regularmente con agua y jabón, se

pueden prevenir las infecciones respiratorias. Se estima que, a través de las manos, se propaga el 80 por ciento de las enfermedades respiratorias infecciosas comunes, como los resfríos y la gripe. La detección temprana de enfermedades respiratorias puede cambiar el curso y el avance de la enfermedad. Se puede usar una prueba simple, denominada espirometría, para medir la función pulmonar y detectar la EPOC en cualquier persona que tenga problemas respiratorios.

En resumen:

- Las enfermedades respiratorias crónicas son enfermedades crónicas de las vías aéreas y otras estructuras del pulmón.
- El humo de tabaco es un factor clave en el desarrollo y la progresión de enfermedades respiratorias crónicas, incluida la EPOC.
- También influyen la exposición a los contaminantes del aire en el hogar y el lugar de trabajo, los factores genéticos y las infecciones respiratorias.
- Las enfermedades respiratorias crónicas se pueden prevenir.
- Evitar el humo como fumador y fumador pasivo, así como la exposición a contaminantes de interiores y exteriores, puede ayudar a prevenir la enfermedad respiratoria crónica.

Ejemplo de caso:

Mary fuma desde los 18 años, y conoce bien los efectos perjudiciales del humo de tabaco. A lo largo de los últimos meses, comenzó a advertir que tenía una tos leve, ocasionalmente productiva. También nota cierta dificultad para respirar al hacer ejercicio. Consulta a su médico de atención primaria y este profesional le da un diagnóstico de EPOC leve temprana. El médico le receta medicamentos y le recomienda buscar asesoramiento profesional. Además, le sugiere que comience a pensar en dejar de fumar, ya que este es un factor clave en su EPOC.

¿Es usted escritor o productor que está trabajando en un proyecto para cine o televisión en la actualidad? Comuníquese con el programa para recibir asistencia técnica.