

Bronquitis Crónica

¿Qué es la bronquitis crónica?

La bronquitis es una inflamación (o irritación) de las vías respiratorias en los pulmones. Las vías respiratorias son los conductos en los pulmones por los cuales pasa el aire. También se llaman bronquios. Cuando las vías respiratorias están irritadas, se forma en ellas una mucosidad espesa. La mucosidad tapa las vías respiratorias y hace que sea difícil el paso del aire a los pulmones.

La bronquitis provoca una tos que produce mucosidad (que se llama, a veces, esputo), problemas para respirar y una sensación de opresión en el pecho.

El término "crónica" significa que la afección dura un período prolongado. La bronquitis crónica es una bronquitis que dura más de 3 meses. La bronquitis crónica a menudo se produce al mismo tiempo que el enfisema; estas enfermedades se llaman en forma conjunta enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).

¿Cuál es la causa de la bronquitis crónica?

Fumar cigarrillos es la causa principal de la bronquitis crónica. Cuando el humo de tabaco se inhala en los pulmones, irrita las vías respiratorias y estas producen mucosidad. Las personas que han estado expuestas durante mucho tiempo a otros elementos que irritan los pulmones, como emanaciones químicas, polvo y otras sustancias, también pueden desarrollar bronquitis crónica.

¿Cómo sabrá mi médico si tengo bronquitis crónica?

Su médico le hará preguntas sobre sus síntomas. ¿Tiene tos con mucosidad? ¿Tiene problemas para respirar? ¿Siente una opresión en el pecho? ¿Durante cuánto tiempo ha tenido estos síntomas? ¿Fuma cigarrillos? ¿Cuántos cigarrillos fuma cada día? ¿Cuántos años ha fumado? ¿Ha estado inhalando otras sustancias que pueden irritar los pulmones?

Si su médico cree que usted tiene bronquitis crónica, es posible que se le realice una prueba para averiguar si tiene un daño en los pulmones. Se le podría realizar una prueba de la

Bronquitis Crónica

LMCV - 06 - 2015

función pulmonar para ver cuán bien funcionan los pulmones. También es posible que su médico indique análisis de sangre y una radiografía de tórax.

¿Pueden los medicamentos tratar la bronquitis crónica?

Sí. Es posible que su médico le recete un medicamento que se llama broncodilatador para tratar la bronquitis crónica. Este medicamento dilata (o abre) las vías respiratorias en los pulmones y lo ayuda a respirar mejor.

Por lo general, este medicamento se inhala, en vez de tomarse como píldora. El dispositivo que se usa para introducir el medicamento en los pulmones es el inhalador. Es importante que use el inhalador de la forma adecuada, para sacar el máximo provecho del medicamento.

Si usted tiene falta de aire grave, también es posible que su médico le indique medicamentos (como la teofilina) para que los tome en forma de píldoras.

Si sus síntomas no mejoran con estos medicamentos, es posible que su médico le recete corticosteroides. Usted puede tomar corticosteroides, ya sea con un inhalador o en forma de píldoras.

¿Ayudarán a la bronquitis crónica los antibióticos?

En general, los antibióticos no pueden ayudar a la bronquitis crónica. Podría necesitar antibióticos si usted desarrolla una infección pulmonar junto con la bronquitis crónica. Si tiene una infección pulmonar, usted podría toser con más mucosidad. Esta mucosidad podría ser de color amarillo o verde oscuro. Usted también podría tener fiebre, y su falta de aire podría empeorar.

¿Qué sucede con la terapia de oxígeno?

Debido al daño producido por la bronquitis crónica, es posible que los pulmones no puedan llevar suficiente cantidad de oxígeno al cuerpo. Es posible que su médico le recete oxígeno si la bronquitis crónica es grave y los medicamentos no lo ayudan a sentirse mejor. Si su médico le indica oxígeno, asegúrese de usarlo de día y de noche para obtener el mayor beneficio. El oxígeno puede ayudarlo a vivir mejor y a vivir más tiempo.

Bronquitis Crónica

LMCV - 06 - 2015

¿Qué otra cosa puedo hacer para ayudar a los pulmones?

Hacer ejercicio en forma regular puede fortalecer los músculos que lo ayudan a respirar. Intente hacer ejercicio, al menos, 3 veces a la semana. Comience por hacer ejercicio lentamente y durante poco tiempo. Luego aumente lentamente el tiempo que hace ejercicio cada día y la velocidad con la que hace ejercicio. Por ejemplo, podría comenzar a hacer ejercicio caminando lentamente durante 15 minutos 3 veces a la semana. Luego, a medida que se va poniendo en mejor forma, puede ir aumentando la velocidad a la cual camina. También puede aumentar el tiempo que camina a 20 minutos; luego, a 25 minutos; y luego, a 30 minutos. Pida ayuda a su médico para crear un plan de ejercicio que sea adecuado para usted.

Un programa de ejercicios que se llama rehabilitación pulmonar puede ayudarlo a mejorar su respiración. A menudo, un terapeuta en respiración (un trabajador de la atención médica con conocimientos sobre los tratamientos para los pulmones) se ocupa de realizar la rehabilitación pulmonar. Su médico podría remitirlo al programa de rehabilitación pulmonar en su hospital local.

También podría ayudarlo un método de respiración que se llama "respiración con los labios fruncidos". Para hacerlo, realice una respiración profunda y luego exhale lentamente a través de la boca mientras frunce los labios como si fuera a besar a alguien. La respiración con los labios fruncidos hace más lenta la respiración acelerada que, a menudo, acompaña a la bronquitis crónica. Podría ayudarlo a sentirse mejor.

¿Cuáles son las posibles complicaciones de la bronquitis crónica?

La bronquitis crónica aumenta su riesgo de tener infección pulmonar, de modo que asegúrese de recibir una vacuna contra la gripe todos los años. Además, reciba una vacuna antineumocócica cada 5 a 6 años para protegerse contra la neumonía.

¿Qué puedo hacer para ayudar a mi respiración y reducir la tos?

Si fuma, la medida más importante que puede tomar es dejar el hábito. Cuanto más humo inhale, mayor será el daño a sus pulmones. Si deja el hábito de fumar, respirará mejor, no toserá tanto y los pulmones comenzarán a curarse. También reducirá la probabilidad de que tenga cáncer de pulmón. Pida a su médico que lo ayude a dejar el hábito de fumar.

Bronquitis Crónica

LMCV - 06 - 2015

Intente evitar otras sustancias que pueden irritar los pulmones: por ejemplo, productos en aerosol como fijador, desodorante en aerosol y pintura en aerosol. También evite inhalar polvo o emanaciones químicas. Para proteger los pulmones, use una mascarilla sobre la nariz y la boca si usa pintura, removedor de pintura, barniz o cualquier otro elemento con emanaciones fuertes.

Preguntas que debe realizar a su médico

- ¿Cómo sabe cuál es la causa de la bronquitis crónica?
- ¿Cuáles son los riesgos para la salud asociados con la bronquitis crónica?
- ¿Estoy en riesgo de tener enfisema o enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)?
- ¿Qué medicamentos me ayudarán a aliviar los síntomas?
- ¿Qué cambios en el estilo de vida debo hacer en el hogar para ayudar a aliviar mis síntomas?
- ¿Es seguro para mí hacer ejercicio? ¿Qué tipo de ejercicio debo hacer?
- ¿Qué vacunas necesito?

BRONQUITIS

CONCEPTO: inflamación de la mucosa que recubre el interior de los bronquios.

CAUSAS: usualmente esta inflamación es a causa de una infección pero puede ser por otras causas como un bronco espasmo.

TIPOS:

- Bronquitis aguda
- Bronquitis crónica.

