



4woman.gov

800-994-WOMAN (9662)

888-220-5446 (TDD)

Centro Nacional de Información sobre la Salud de la Mujer

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. – La Oficina para la Salud de la Mujer



Preguntas frecuentes acerca de las enfermedades pulmonares

¿Por qué son importantes los pulmones?

Los pulmones nos permiten respirar y llevar oxígeno al torrente sanguíneo y a las células de nuestro organismo. En un día normal, respiramos casi 25,000 veces e inhalamos grandes cantidades de aire. El aire que inhalamos es en su mayor parte oxígeno y nitrógeno. Pero el aire también contiene sustancias que pueden dañar nuestros pulmones – bacterias, virus, humo de tabaco, gas del escape de los automóviles y otros contaminantes atmosféricos. Las enfermedades pulmonares no sólo son una causa de mortandad, también pueden ser de por vida (o crónicas.) Más de 30 millones de estadounidenses padecen actualmente de enfermedades pulmonares.

¿Qué tipos de enfermedades pueden afectar los pulmones?

Existen muchos tipos de enfermedades pulmonares. Las siguientes enfermedades que pueden afectar a los pulmones están agrupadas de acuerdo a la forma en que los afectan:

- *Asma, bronquitis crónica, enfisema y fibrosis quística.* Todas éstas afectan las vías respiratorias e impiden u obstruyen el flujo de aire que entra y sale de los pulmones.
- *Insuficiencia respiratoria, edema pulmonar, embolia pulmonar e hipertensión pulmonar (hipertensión sanguínea.)* Estas enfermedades son ocasionadas por problemas en el intercambio normal de gases y el flujo sanguíneo en los pulmones.
- *Neumonía y tuberculosis (TB.)* Las bacterias o virus pueden ocasionar estas enfermedades que afectan a la membrana (o pleura) que rodea a los pulmones; la pleura también puede ser afectada por otras infecciones.
- *Cáncer del pulmón.* La principal causa del cáncer del pulmón es el fumar. Y, el número de mujeres que padecen de cáncer del pulmón está aumentando, particularmente en las mujeres jóvenes. El cáncer del pulmón es la causa principal de muerte por cáncer en las mujeres estadounidenses.
- *Endurecimiento y cicatrización de los pulmones.* El espacio que existe entre el tejido de los pulmones (llamado *intersticio*) puede endurecerse y llenarse de cicatrices. Esto puede ser ocasionado por medicamentos, venenos, infecciones o radiación.
- *Trastornos pulmonares debido a presiones atmosféricas inusuales.* Las presiones atmosféricas anormales pueden ocasionar trastornos o problemas pulmonares. Éstas incluyen las alturas elevadas (como las montañas), en donde hay menos oxígeno, o las aguas profundas en donde existe mayor presión atmosférica, así como mayores niveles de nitrógeno en la sangre.

Algunos de los síntomas o señales habituales de las enfermedades pulmonares, incluyen dificultad al respirar y respiración entrecortada, al tiempo que siente que no está recibiendo suficiente aire. La gente se queja con frecuencia de tener tos prolongada que no desaparece, tos con sangre y dolor al inhalar o exhalar.

¿Qué ocasiona las enfermedades pulmonares?

Entre las causas conocidas de las enfermedades pulmonares se encuentran:

- **Fumar.** Si usted fuma, hable con su médico acerca de lo que puede hacer para dejar de fumar. Si vive con alguien que fuma, hable con él/ella acerca de dejar de fumar. Respirar el humo de segunda mano también aumenta las probabilidades de que desarrolle cáncer del pulmón. Tenga en cuenta que fumar no sólo incluye a los cigarrillos, también puros y pipas.
- **Estar expuesto al gas radón.** El radón, un gas que se encuentra en el suelo y las rocas, puede dañar los pulmones y dar como resultado el cáncer del pulmón. La gente que trabaja en minas puede estar expuesta al radón, y en algunas zonas de los Estados Unidos, puede encontrarse radón en los hogares. Usted puede medir el nivel de radón en su hogar utilizando un paquete que puede comprar en casi todas las ferreterías.
- **Asbesto (amianto.)** El asbesto es una fibra natural que proviene de los minerales. La fibra tiende a descomponerse fácilmente en pequeñas partículas que pueden flotar en el aire y adherirse a la ropa. Si una persona inhala estas partículas, éstas pueden adherirse a los pulmones, dañar las células y dar como resultado el cáncer del pulmón. Las personas que trabajen con asbesto, por ejemplo, empleos relacionados con la construcción de buques, en minas y fábricas de asbesto, en el arreglo de automóviles (específicamente el arreglo de frenos) y trabajos de aislamiento deberán usar ropa protectora. Asimismo, si estas personas también fuman tienen un riesgo aún mayor de padecer de cáncer del pulmón.
- **Contaminación.** Las investigaciones muestran que existe una relación entre el cáncer del pulmón y ciertos contaminantes atmosféricos, tales como los gases del escape de los automóviles. Es preciso realizar más estudios para averiguar si la contaminación ocasiona el cáncer del pulmón.

Algunas enfermedades pulmonares, como la tuberculosis (TB), ponen a las personas en mayor riesgo de padecer de cáncer del pulmón. Este cáncer tiende a desarrollarse en las partes del pulmón que tienen cicatrices debido a la TB.

¿Qué enfermedades pulmonares son más comunes en las mujeres?

Las enfermedades pulmonares más comunes en las mujeres son:

- **Asma** – una enfermedad en la que se inflaman (hinchán) las vías respiratorias de los pulmones y reaccionan fácilmente a ciertos factores como los virus, el humo, el polvo, el moho, el pelo de los animales, las cucarachas o el polen. Las vías respiratorias inflamadas se estrechan y se dificulta la respiración. Puede experimentar presión en el pecho, sibilancia, respiración entrecortada o una tos que no desaparece o empeora con el tiempo. Más mujeres que nunca antes están muriendo de asma, debido a que más mujeres han comenzado a fumar en los últimos 20 años.
- **Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)** – término utilizado para describir dos enfermedades pulmonares estrechamente relacionadas, *el enfisema y la bronquitis crónica*. A menudo, estas enfermedades se padecen al mismo tiempo. La bronquitis crónica es una inflamación que termina por dejar cicatrices en las paredes de *los conductos bronquiales* (conductos que conforman el interior de los pulmones.) Las mujeres presentan tasas más altas de bronquitis crónica que los hombres. El enfisema ocasiona que las paredes entre los alvéolos pulmonares dentro de los pulmones se debiliten y fracturen, haciéndole más difícil sentir que obtiene suficiente aire. Aunque más hombres que mujeres padecen de enfisema, éste padecimiento va en aumento entre las mujeres. Los síntomas pueden incluir una tos que no desaparece o empeora con el tiempo, aumento en la cantidad de moco, la frecuente necesidad de despejar la garganta, respiración entrecortada o problemas al hacer ejercicio.
- **Cáncer del pulmón** – cuando las células anormales (malignas) se dividen controladamente en los tejidos del pulmón, y también pueden invadir los tejidos circundantes o propagarse a través del torrente sanguíneo a otras partes del cuerpo. Existen dos tipos de cáncer del pulmón: *cáncer de células no pequeñas* (las células cancerígenas se reproducen en los tejidos de los pulmones) y *el cáncer de células pequeñas* (ocurre más frecuentemente en personas que fuman o que fumaban.) Consulte a su médico si experimenta alguno de los siguientes síntomas de cáncer del pulmón: una tos que no desaparece o empeora con el tiempo; dolor constante en el pecho; tos con sangre; ronquera o sibilancia; problemas continuos de bronquitis o neumonía; hinchazón del cuello y rostro; pérdida del apetito o de peso y fatiga excesiva.

¿Cómo se diagnostica y trata el asma?

Es posible diagnosticar el asma con estas pruebas: *espirometría* (mide cuán abiertas están las vías respiratorias); *radiografía del pecho* (examina la condición de los pulmones); y el *electrocardiograma* (observa si una enfermedad cardíaca está provocando sus síntomas.) Aunque el asma no tiene cura, sí puede ser controlado. Usted puede controlar el asma tomando las medicinas que le fueron recetadas para abrir las vías respiratorias de los pulmones y tratar la inflamación. Algunas medicinas para controlar el asma son los *broncodilatadores* (para evitar los ataques de asma y detenerlos una vez que han iniciado), y los *anti-inflamatorios* (para ayudar a controlar la inflamación en las vías respiratorias y prevenir ataques.) Los medicamentos anti-inflamatorios comunes son *cromolín*, *nedocromilo* y *corticoesteroides*. Los anti-leucotrienos son medicinas administradas por vía oral utilizadas para tratar el asma crónica al combatir la respuesta inflamatoria a las alergias. Si usted tiene asma, es importante que se mantenga alejado de factores que pudieran provocarla y que consulte a su médico con regularidad. Si está embarazada, es muy importante que controle sus síntomas para evitar un ataque. El asma tiende a agravarse hacia el final y comienzo del segundo y tercer trimestres, respectivamente, pero algunas mujeres pueden experimentar menos síntomas durante las últimas cuatro semanas del embarazo. No cuidar su asma puede poner en peligro el desarrollo y la vida de su bebé. Además de tomar sus medicamentos y evitar factores que provoquen el asma, usted puede pedir que le administren la vacuna contra la gripe durante los primeros tres meses del embarazo, y hacer ejercicio con moderación, bajo la supervisión de su médico.

¿Cómo se diagnostica y trata la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)?

A fin de diagnosticar la EPOC, su médico le hará preguntas acerca de sus antecedentes familiares y personales y le practicará un examen físico. Ella/él puede pedirle que se someta a pruebas de la función pulmonar, las cuales analizarán: la cantidad de aire en los pulmones (llamada volumen pulmonar); la proporción del intercambio de oxígeno y dióxido de carbono, y la cantidad de oxígeno y dióxido de carbono presentes en la sangre. El volumen de los pulmones se mide al aspirar y exhalar usando un aparato llamado *espirómetro*. Los investigadores continúan buscando la forma de averiguar las probabilidades que tiene una persona de desarrollar la EPOC, debido a que ninguna de las pruebas actuales descubre la enfermedad antes de que el daño a los pulmones sea irreparable.

Como la EPOC se agrava con el tiempo, ésta puede ocasionar que sea incapaz de realizar sus actividades diarias. En las últimas etapas ocasiona respiración entrecortada y podría ser necesario que utilizara oxígeno. Los tratamientos pueden incluir el uso de *broncodilatadores* (medicamentos utilizados para abrir las vías respiratorias de los pulmones), antibióticos y ejercicios para fortalecer los músculos. Las mujeres que padecen de la EPOC también pueden obtener ayuda a través de la *rehabilitación pulmonar*, un programa que ayuda a que las personas se enfrenten física y mentalmente con la enfermedad. Si usted padece de la EPOC, es importante que no fume. Si fuma, hable con su médico si necesita ayuda para dejar de fumar. Para las personas con síntomas graves, el trasplante de pulmón puede ser una opción. La *cirugía para reducir el volumen del pulmón* (diferentes tipos de cirugías que extraen partes del pulmón) también está mostrando ser prometedora para algunas personas que se encuentran en las últimas etapas del enfisema.

¿Cómo se diagnostica y trata el cáncer del pulmón?

Su médico revisará su historial médico, de tabaquismo, la exposición a sustancias y el historial familiar sobre el cáncer. También le harán un examen físico y tal vez le tomen una radiografía del pecho y otras pruebas. Su médico puede hacerle una *broncoscopia*. Durante esta prueba, se insertará un instrumento especial en sus tubos bronquiales para visualizarlos y hacer una biopsia (extraer células o tejido) para detectar si hay células cancerígenas.

Al igual que con otros tipos de cáncer, el cáncer del pulmón puede tratarse de formas diferentes, incluyendo la cirugía, la radiación y la quimioterapia. El tipo de tratamiento dependerá de la etapa o propagación del cáncer, la edad de la persona y la salud en general. La mayoría de los cánceres del pulmón son difíciles de tratar. La mejor manera de combatir el cáncer del pulmón comienza cuando usted es joven y sana – al decidir no fumar nunca.

¿Qué puedo hacer para disminuir el riesgo de padecer de una enfermedad pulmonar?

Usted puede disminuir el riesgo de padecer de una enfermedad pulmonar de la siguiente forma:

- No fume cigarrillos ni otros productos de tabaco, y si lo hace, deje de hacerlo. Pida ayuda a su médico para dejar de fumar.
- Trate de alejarse del polvo e irritantes que pueden dañar a sus pulmones. Si tiene que trabajar cerca de éstos, use dispositivos como las máscaras para protegerse.
- Sométase a una prueba de espirometría tan a menudo como su médico lo recomiende. Esta prueba observa la cantidad y la rapidez con la que usted exhala el aire después de respirar profundamente.

Consulte a su médico inmediatamente si está experimentando dificultad para respirar, si tiene dolor en los pulmones, si tose con sangre o si tiene algunos de los síntomas enumerados en estas preguntas frecuentes.

Para obtener más información...

Puede obtener más información acerca de las enfermedades pulmonares, comunicándose con el Centro Nacional de Información sobre la Salud de la Mujer (NWHIC por sus siglas en inglés) al teléfono número (800) 994-9662 ó a las organizaciones siguientes:

Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre

Número(s) telefónico(s): (301) 592-8573

Dirección en Internet: <http://www.nhlbi.nih.gov/index.htm>

Asociación Americana del Pulmón

Número(s) telefónico(s): (800) 5864872

Dirección en Internet: <http://www.lungs.org>

Todo el material contenido en las Preguntas Frecuentes carece de restricciones de derechos de autor, y puede copiarse, reproducirse o duplicarse sin permiso del Departamento de Salud y Servicios Humanos, Oficina de Salud de las Mujeres. Se agradecerá citar las fuentes.

Noviembre de 2002