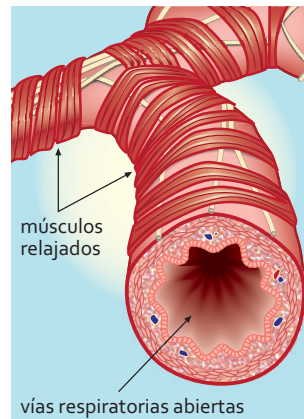


## SERIE DE INFORMACIÓN AL PACIENTE

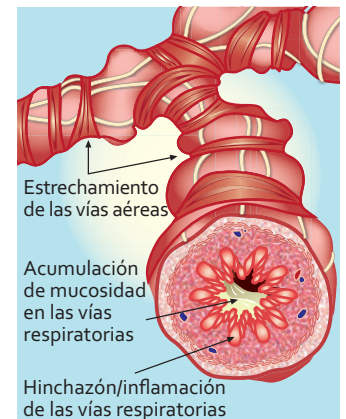
## Exacerbación de la EPOC

Una exacerbación de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (Serie de la ATS Información al Paciente, <http://www.thoracic.org/patients>) significa un empeoramiento o "recrudescimiento" de los síntomas de EPOC.

Normal



Exacerbación de la EPOC



En muchos casos una exacerbación se debe a una infección en los pulmones pero en otros nunca se conoce la causa. La inflamación (irritación e hinchazón) de los pulmones durante una exacerbación de la EPOC, y después de ella, puede empeorar bastante el estado del paciente, quien con frecuencia tarda mucho en restablecerse por completo. Conocer los síntomas de una exacerbación le ayudará a tratarla a tiempo, acortar la duración de la exacerbación y posiblemente impedir que se agrave.

### ¿Cuáles son las causas de una exacerbación?

La causa principal de una exacerbación es una infección en el pulmón (sacos de aire) o en las vías respiratorias (conductos respiratorios). Esta infección se suele deber a un virus pero también puede ser consecuencia de bacterias o algunos tipos menos comunes de microorganismos. También se pueden producir exacerbaciones debido a la inhalación de sustancias irritantes en el entorno, como la contaminación densa del aire, o a raíz de alergias intensas.

Los pulmones reaccionan a la infección con inflamación (irritación e hinchazón) y esto estrecha y bloquea las vías respiratorias debido a la rigidez muscular, la hinchazón y la mucosidad (véase la Figura). Las exacerbaciones se pueden producir con mucha rapidez (en unas horas o días), mientras que averiguar las causas puede ser un proceso muy lento (hasta una semana). Por tanto, a menudo se administra medicamentos que sirven para tratar los síntomas de una exacerbación sin antes saber la causa exacta. No hay ningún análisis de sangre o de esputo o radiografías torácicas que ayuden a diagnosticar una exacerbación. En consecuencia, usted es la persona más indicada para identificarla a tiempo. La mejor manera de evitar que una exacerbación se agrave es conocer sus síntomas y tratarla desde el principio.

### ¿Cuáles son los síntomas de una exacerbación?

Los síntomas de una exacerbación son el empeoramiento de muchos de los síntomas habituales de la EPOC (<http://www.thoracic.org/patients>). Estos síntomas también pueden ser muy similares a los de las infecciones pulmonares por otras causas, como un resfrío fuerte o neumonía. Tal vez observe que tiene más dificultad para respirar que la habitual, un cambio en el esputo (mucosidad), más accesos de tos, más cansancio (fatiga), problemas poco habituales para dormir y, en algunos casos, fiebre.

Si el esputo cambia de color de claro a color pus (amarillo oscuro, verdoso o marrón), esto puede ser una señal de una exacerbación. De hecho, en muchas personas un cambio en el esputo es la primera señal de que tienen una exacerbación. La cantidad de esputo que se produzca (ya sea mayor o menor que la habitual) también puede ser importante. Tal vez observe que tiene mayor dificultad respiratoria que la habitual (véase en la Serie de la ATS Información al Paciente: Dificultad respiratoria en <http://www.thoracic.org/patients>) al realizar actividades usuales como caminar hasta el coche o bañarse. Si observa que tiene más dificultad que lo normal para dormirse, se siente *muy* cansado, padece dolores de cabeza cuando se despierta o se siente confundido (o un familiar observa que está confundido o tiene dificultades para despertarlo), es posible que tenga síntomas de altas concentraciones de dióxido de carbono que necesitan atención médica inmediata. Es importante que informe todo esto a su profesional de salud para poder averiguar si sus síntomas se deben a una exacerbación y cómo hay que tratarla.

Si ya ha sufrido antes una exacerbación de su EPOC, debería tomar nota del "patrón" de sus síntomas. Cada persona presenta síntomas de una exacerbación ligeramente diferentes. Observe el color y la cantidad de esputo que produce todos los días

cuando *no* está enfermo, de manera que pueda identificar los cambios cuando comienza con síntomas de una exacerbación.

### ¿Cómo se trata una exacerbación?

En ocasiones las exacerbaciones se pueden tratar en el hogar con inhaladores, esteroides o antibióticos pero si los síntomas se agravan será necesaria la hospitalización. El tratamiento de una exacerbación es principalmente con medicamentos para controlar la hinchazón y la constricción (estrechez) de los pulmones. La hinchazón se trata con esteroides orales o IV (intravenosos). En el hospital, también se administrará un broncodilatador mediante un inhalador o nebulizador para ayudar a relajar la constricción de las vías respiratorias. En muchos casos, también se dará un antibiótico.

La función principal de los pulmones es suministrar oxígeno al cuerpo y eliminar el dióxido de carbono. Las exacerbaciones pueden interferir en esto, de modo que puede necesitarse oxígeno adicional o un dispositivo especial, similar a un aparato de presión positiva continua de las vías respiratorias, o CPAP (consulte la Serie de la ATS en <http://www.thoracic.org/patients>) que ayude a respirar mejor. Si la exacerbación es grave, puede necesitarse el internamiento en una unidad de cuidados intensivos (UCI) y un respirador (un aparato para proporcionar respiración artificial o ventilación mecánica).

### ¿Cuál es la gravedad de una exacerbación?

Las exacerbaciones pueden ser muy graves y causar la muerte. Por consiguiente, es muy importante tratarlas a tiempo. Si le han informado que padece una EPOC grave o ya ha sufrido exacerbaciones antes, hable con su profesional de la salud acerca de los pasos a seguir y cómo comunicarse con él o con su equipo para asesoramiento y asistencia. Esta planificación se conoce como un plan de acción, descrito a continuación. Con frecuencia es difícil saber quién padecerá una exacerbación; sin embargo, si ya ha tenido una, es mayor la probabilidad de que sufra otra. Por este motivo, es posible que su profesional de la salud le proponga una planificación anticipada. Hable con él y con su familia acerca de sus deseos de tratamiento, en caso de no poder hacerlo más adelante por estar muy enfermo. Por ejemplo, si no pudiera respirar bien por sí mismo, ¿querría que le colocaran un respirador (una máquina para respiración artificial, <http://www.thoracic.org/patients>)? Es posible que lo remitan al equipo de cuidados paliativos (consulte la Serie de la ATS Información al Paciente en <http://patients.thoracic.org/information-series/en/resources/palliative-care-for-people-with-respiratory-disease-or-critical-illness.pdf>) para que le recomienden formas de ayudarlo a respirar con más comodidad.

### ¿Qué es un plan de acción?

Un plan de acción contiene instrucciones o pasos que debe seguir ante los primeros síntomas de una exacerbación. Es probable que le indiquen utilizar un broncodilatador de acción corta, como albuterol, cada cuatro horas. Tal vez le aconsejen solicitarle a su médico una receta para esteroides orales o un antibiótico e instrucciones con respecto a cuándo tomarlos. Estas instrucciones pueden informarle cuándo llamar a su médico o cuándo acudir al servicio de urgencias. Es muy importante tener en cuenta que cada paciente es diferente y que debe elaborar el plan con la asesoría de su médico.

### ¿Es posible prevenir una exacerbación?

No se pueden prevenir todas las exacerbaciones pero hay maneras de limitar su gravedad. Si usted fuma, consiga ayuda para dejar de hacerlo (consulte la serie sobre el tabaco en <http://www.thoracic.org/patients>). Evite estar con personas resfriadas o que tengan gripe.

Está demostrado que la vacuna contra la gripe ayuda a prevenir las exacerbaciones. Hay que aplicarse la vacuna contra la gripe todos los años (consulte la Serie de la ATS Información al Paciente en <http://www.thoracic.org/patients>) a no ser que su médico le recomiende lo contrario. También está demostrado que varios tipos de medicamentos inhalados de acción prolongada ayudan a reducir las probabilidades de una exacerbación. Es posible que ya los esté recibiendo como parte del tratamiento de su EPOC (consulte la Serie de la ATS Información al Paciente en <http://www.thoracic.org/patients>). Algunos pacientes siguen sufriendo exacerbaciones a pesar del tratamiento regular con inhalador y para ellos se dispone de otros tratamientos posibles que comprenden medicamentos como roflumilast o azitromicina que ayudan a tratar o evitan una exacerbación.

**Autores:** Suzanne Lareau RN, MS, Erika Moseson MD, MA, Christopher G Slatore MD, MS

**Revisora:** Linda Nici MD

#### Recursos:

##### COPD Foundation (Fundación EPOC)

<http://www.copdfoundation.org/What-is-COPD/Living-with-COPD/Staying-Healthy-and-Avoiding-Exacerbations.aspx>

##### WebMed

<http://www.webmd.com/lung/10-signs-copd-exacerbation>

## Rx ¿Qué se debe hacer?

Preste atención al color y la cantidad de esputo que suele producir todos los días y cuál es su grado de dificultad respiratoria o fatiga en un día normal para saber si se producen cambios importantes. Comuníquese con su profesional de atención médica si presenta los siguientes síntomas:

- ✓ color del esputo más oscuro, parecido al color del pus, amarillo oscuro, verdoso, pardo o rojo
- ✓ producción de más esputo que lo habitual
- ✓ más tos que la habitual
- ✓ más cansancio o dificultad para respirar que lo habitual
- ✓ incapacidad para realizar sus actividades diarias normales
- ✓ fiebre
- ✓ confusión mental o somnolencia excesiva
- ✓ concentraciones de oxígeno más bajas que lo normal

La Serie de información al paciente de la ATS es un servicio público de la sociedad científica *American Thoracic Society* y su publicación, la AJRCCM (Revista norteamericana de medicina respiratoria y cuidados intensivos). La información contenida en esta serie sirve únicamente propósitos educativos y no se debe utilizar como replazo del asesoramiento médico proporcionado por el profesional de salud que atiende a la persona. Si desea más información acerca de esta serie, comuníquese con J. Corn a través de [jcorn@thoracic.org](mailto:jcorn@thoracic.org).

