

# Personas con afecciones respiratorias deben intensificar cuidados

Ante la pandemia que ataca al mundo actualmente y de la que no escapa Venezuela, las personas con afecciones respiratorias figuran entre las más vulnerables al momento de contagiarse con el covid/19, por lo que deben extremar sus cuidados.

La doctora Fanny Ochoa, médico neumonólogo, explicó que en los últimos meses en el municipio Junín, se ha evidenciado una predisposición ambiental debido a la presencia de incendios de vegetación, así como de quema indiscriminada de basura, lo que conlleva a la exposición de una gran cantidad de humo, gases y olores tóxicos que hacen a los habitantes más susceptibles a presentar problemas respiratorios, no solo de índole viral, sino también alérgicos a causa de estos contaminantes, a los que día a día se encuentran expuestos.

Agregó que todos estos elementos inciden en el incremento de pacientes, lo que se agrava con la falta de medicamentos para personas con enfermedades crónicas, tal es el caso de los asmáticos; pues no se encuentran los inhaladores, indicados para el control de esta patología, y se puede llevar una adherencia al tratamiento.

A esto se suman los cambios bruscos de temperatura, donde durante el día hace mucho calor, mientras que en la noche hay oleadas de frío. Estos cambios generan una inflamación de la vía aérea en los organismos de quienes sufren principalmente alergia o asma.

## Alerta ante el virus

En lo que respecta al coronavirus, señaló que en el 80% de los casos, van a tener síntomas leves y va a pasar como una gripe: "Sin embargo, en el 20% de estos pacientes, el virus va a ser más mórbido y con mayor mortalidad. Dentro de este grupo de pacientes la Organización Mundial de la Salud, entre muchos otros organismos ha descrito que los más susceptibles son las personas mayores de sesenta años, que sufran enfermedades inmunosupresoras, crónicas, diabetes o hipertensión. Además quienes tienen enfermedades pulmonares crónicas, ya que el virus ataca el sistema respiratorio".

Entre las recomendaciones que da la doctora Ochoa para esta

población de riesgo, especialmente para los pacientes con enfermedades respiratorias crónicas, está no suspender el tratamiento de control habitual. Aquí se incluyen quienes tienen diagnóstico de asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, alergia e hipersensibilidad.

Los pacientes hipertensos tampoco deben dejar de tomar su tratamiento, pues de acuerdo a organismos especializados como la Sociedad Interamericana de Cardiología, no hay evidencia científica que sugiera lo contrario; ya que al tener la enfermedad de base controlada, corren menos riesgos.

“Por lo tanto se deben mantener los tratamientos con mayor dedicación, pues hay más tiempo para hacerlo y así se evita caer en una crisis, descompensación, o sufrir alguna infección respiratoria, frecuente en las temporadas de frío o cuando ocurren cambios bruscos de temperatura”, dijo.

Es fundamental buscar ayuda profesional y evitar caer en automedicación; iniciar el tratamiento adecuado de control para de esta manera no ser parte de ese porcentaje que puede evolucionar de forma más severa, pues de adquirir una infección viral como el coronavirus se va a desencadenar una exacerbación de la enfermedad.

## **Uso adecuado de mascarilla**

Un adecuado uso de mascarilla o tapaboca es fundamental, pues de acuerdo a la doctora Fanny Ochoa, es muy importante aplicar las medidas y tener el conocimiento necesario para su uso, ya que es preocupante observar en la calle una utilización no adecuada.

“A simple vista se observan mascarillas sucias; se usan materiales que no son los adecuados. Tengo el caso de dos pacientes que por ser portadores de rinitis alérgica crónica, se les desencadenó una reacción alérgica local importante, producto que el material con que se elaboró el tapabocas no era el debido, lo que originó que inhalara microfibras de esa tela, que contribuyó a darle una recaída.

Su consejo es usarlo hasta un máximo de cinco horas, en caso de ser desechables, no reutilizarlos; si están rotos o si se humedece hay que descartarlos; pues todo esto puede generar infecciones respiratorias bacterianas, virales, por hongos, incluso más severas que el coronavirus.

Los materiales más idóneos son telas antialérgicas, pañuelos, mascarillas quirúrgicas; que cubra nariz y boca por completo, ajustados al rostro, no tocarlos con frecuencia y acompañados

por un adecuado lavado de manos para no contaminarlos. Mantenerlos limpios y secos; si son desechables, sujetarlos de los tirantes, llevarlos hacia adelante y colocarlos en una bolsa plástica, sellarla y botarla. Si son reusables, lavarlos con agua y jabón, y plancharlos para matar virus o bacterias.

“A esto, se debe agregar una alimentación sana, evitar rabias y molestias en el hogar, realizar ejercicios y no hacer caso a informaciones falsas que circulan en las redes y causan angustia. Para ello es importante seguir organizaciones certificadas, que brinden cifras y recomendaciones serias y fidedignas. No dejarse llevar por el miedo, pues si éste controla nuestra existencia, disminuye nuestro sistema inmune y nos hace más vulnerable a estas patologías”, finalizó.

Con información de La Nación