

Autora: Dra. Ana Palomares Muriana. Hospital Universitario Reina Sofía. Córdoba.

Coordinadores: Dra. Concepción Morales García. Hospital Universitario Virgen de las Nieves. Granada. Dr. Bernabé Jurado Gámez. Hospital Universitario Reina Sofía. Córdoba.

¿QUÉ ES LA NEUMONÍA?

Es una infección respiratoria que ocasiona inflamación y afectación de los pulmones, generalmente causada por bacterias o virus. En adultos son más frecuentes las de causa bacteriana, mientras que niños y bebés suelen ser más frecuente las producidas por virus.

¿QUÉ SINTOMATOLOGÍA PRODUCE?

Son diversos los síntomas con los que puede manifestarse una neumonía, generalmente pueden ser una combinación de algunos de los siguientes: Malestar general, fiebre frecuentemente precedida por escalofríos, dificultad para respirar o sensación de falta de aire sobre todo con el esfuerzo o las actividades habituales. Es habitual la aparición de tos seca o acompañada de esputo de coloración amarillenta y, ocasionalmente, el esputo puede estar manchado con restos de sangre.

¿CUANDO SE DEBE ACUDIR AL MÉDICO?

Cualquier combinación de síntomas puede ser una neumonía y, por tanto, debe acudir a su Médico de Familia. No obstante, debe solicitar atención médica si los síntomas respiratorios, sobre todo ahogo, van empeorando y necesita respirar más veces de lo normal o tiene dolor al respirar, si la fiebre es persistente y el malestar general no cede con medidas habituales, o el esputo es claramente sanguinolento. Para valorar la existencia de una neumonía probablemente su médico solicite que se realice una radiografía de tórax y podrá determinar si la cifra de oxígeno está baja mediante una oximetría o, en su caso, una gasometría.

¿EXISTEN GRUPOS DE PERSONAS CON MÁS RIESGO QUE OTRAS?

Sí, existe un grupo de personas que presentan mayor riesgo de padecer una neumonía: Edades extremas de la vida (ancianos y niños), fumadores o con enfermedades pulmonares crónicas (EPOC, bronquiectasias, fibrosis quística...), existencia de trastornos cerebrales como demencias lesiones o parálisis cerebrales que no controlan adecuadamente los reflejos de la tos o de la deglución, o aquellas personas sometidas a cirugía mayor o que han ingresado por un traumatismo.

Otro grupo con mayor riesgo lo representan las personas que tiene menores defensas para luchar contra una infección, esto es con un sistema inmune debilitado (VIH-SIDA, tratamiento quimioterápico, pacientes trasplantados...) o aquellas con otras enfermedades médicas (diabetes, cáncer, enfermedad hepática crónica, insuficiencia cardiaca, etc.).

¿VÍAS Y FORMAS DE TRANSMISIÓN?

Las vías habituales por las que se pueden contraer una neumonía son la propagación de los microorganismos que se encuentran en la nariz o en la boca hacia los pulmones (microaspiraciones) o por inhalación de partículas en aerosoles (mecanismo aéreo).

¿SE DEBE ACUDIR AL MEDICO PARA QUE REALICE UN DIAGNOSTICO ADECUADO?

Si, el médico valorará al enfermo, realizará una historia clínica completa de la sintomatología y evolución de la enfermedad, explorará y pedirá las pruebas complementarias necesarias como una radiografía de tórax que determine el grado de afectación pulmonar. Una oximetría es fácil de realizar y aporta información sobre el oxígeno en la sangre y, si está disponible (medio hospitalario), puede realizarse una gasometría arterial y analítica de sangre. En función de la edad, síntomas de gravedad, existencia de otras enfermedades y afectación de los parámetros analíticos, el personal facultativo decidirá si existe o no la necesidad de ingreso hospitalario y el tratamiento más adecuado.

TRATAMIENTO:

En general una serie de medidas generales, entre las que se incluyen el reposo, tomar abundantes líquidos, no suprimir la tos con antitusígenos si existen flemas, no fumar y controlar la fiebre y el dolor mediante paracetamol o antiinflamatorios no esteroideos. En los casos de neumonía bacteriana, la más frecuente, el tratamiento más importante es el antibiótico que debe ser administrado precozmente. Su médico le indicará el más indicado así como la duración del mismo.

Existen grupos de pacientes que pueden precisar tratamiento hospitalario (síntomas y signos de gravedad, presentar otros problemas de salud, incapacidad de cuidar de sí mismo o de comer y beber, personas mayores o si después de un tratamiento antibiótico no se observa mejoría. En estos casos es habitual el aporte de oxígeno, administración del antibiótico y controlar la respuesta clínica, lo cual requiere habitualmente de ingreso hospitalario.

La mayoría de las personas comienzan a sentirse mejor entre tres y cinco días después de recibir medicinas, pero la tos puede tardar semanas en desaparecer.

¿SE PUEDE PREVENIR LA NEUMONÍA?

Para evitar los gérmenes es conveniente lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón. Protegerse la boca con un pañuelo o la mano al toser.

Se debe dejar de fumar. Los fumadores tienen más riesgo de padecer neumonías más graves, ya que el tabaco daña la capacidad del pulmón para combatir la infección.

En personas mayores, enfermos crónicos o personas que trabajan con ellos es recomendable vacunarse de la gripe anualmente. Según su situación particular, su médico puede recomendarle también la vacuna anti-neumocócica, ya que esto puede prevenir el contagio de una infección del tipo de bacteria que suele causar la neumonía.