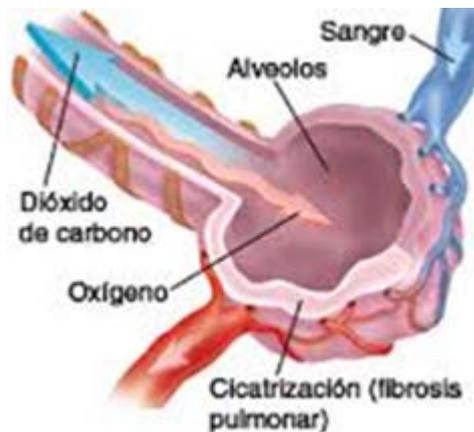


FIBROSIS PULMONAR

La fibrosis pulmonar (FP) pertenece a una familia de aproximadamente 200 enfermedades relacionadas, denominadas enfermedades pulmonares intersticiales (EPI), que tienen características similares y pueden ocasionar cicatrización. La cicatrización pulmonar, una condición típica de esta alteración, se denomina fibrosis pulmonar (FP).

La fibrosis pulmonar (FP) es una enfermedad debilitante, en la cual el tejido llamado intersticio que cubre a los alvéolos (pequeños sacos de aire) en los pulmones paulatinamente se llenan de cicatrices (fibrosis), las cuales con el tiempo provocan incapacidad permanente para llevar a cabo la respiración y transportar oxígeno. Así, tanto alvéolos, tejido intersticio y vasos capilares de los pulmones son destruidos con el paso del tiempo.



Desafortunadamente, la FP es finalmente incapacitante y puede llegar a ser mortal.

La enfermedad tiende a afectar más a hombres que a mujeres, y normalmente afecta a personas de entre 50 y 70 años de edad.

Causas

Mientras la causa de la FP sigue sin conocerse, lo que sabemos es que la FP da lugar a cambios en el proceso de curación pulmonar. El ciclo crónico de lesión de la FP causa una respuesta exagerada y no controlada de la curación que, pasado el tiempo, produce cicatriz fibrosa del tejido. Esta cicatrización, a su vez, ocasiona que los pequeños sacos de aire pulmonares, llamados alvéolos, se ensanchen y se hagan rígidos, de modo que no pueden cumplir correctamente sus funciones ni proveer el oxígeno que el cuerpo necesita.

No hay certeza sobre la causa exacta de esta reparación anormal de tejido; parece ser que la propia respuesta inmune del cuerpo tiene un papel fundamental. Los especialistas están investigando determinados factores de riesgo que pueden hacer a una persona más propensa a desarrollar la FP.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Estos factores de riesgo son:

- Exposición en el trabajo a polvo, metálico o de madera
- Fumar
- Infección viral
- Antecedentes familiares de fibrosis pulmonar

Sin embargo, en la mayoría de casos de FP no puede establecerse causa conocida. Cuando la fibrosis pulmonar no tiene causa conocida, se denomina "fibrosis pulmonar idiopática" o "FPI".

Síntomas

Los síntomas de la FP se manifiestan gradualmente. Algunos de estos síntomas son:

- Falta de aire durante o después de la actividad física
- Tos seca espasmódica
- Pérdida de peso y fatiga

Los pacientes también pueden desarrollar un incremento de tejido en los dedos bajo las uñas. Esta situación se denomina dedos en palillo de tambor.

La FP afecta a cada persona de forma diferente y progresa en grado variable. Generalmente, los síntomas respiratorios del paciente empeoran con el tiempo. Actividades diarias, como caminar o subir escaleras, son cada vez más difíciles.

Además:

- El paciente puede necesitar oxígeno suplementario.
- La FP avanzada dificulta la lucha de la persona contra las infecciones.
- La FP ocasiona falta de oxígeno en la sangre. Esta situación (llamada hipoxemia) somete a un esfuerzo tanto al corazón como a los vasos sanguíneos de los pulmones, y puede dar lugar a una presión arterial elevada en los pulmones (hipertensión pulmonar).
- La FP ha sido también asociada con estas situaciones amenazantes de vida: ataque cardíaco, fallo respiratorio, embolia cerebral, coagulación de la sangre en los pulmones (embolismo pulmonar), infección pulmonar y cáncer al pulmón.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Tratamiento

Los tratamientos actuales tienen el propósito de mejorar los síntomas y ralentizar la progresión de la enfermedad. Hasta ahora no hay cura para la FP. Un grupo de expertos patrocinados por la sociedad torácica americana y la sociedad respiratoria europea ha desarrollado una línea a seguir en el tratamiento de la FP. Este grupo recomienda lo siguiente como terapia estándar de la FP:

- un antiinflamatorio corticosteroide (como la prednisona)

Utilizado en combinación con:

- un fármaco supresor de la respuesta inmunitaria (azatioprina o ciclofosfamida)

Este tratamiento sólo es efectivo en un número reducido de casos y funciona mejor cuando se aplica al inicio de la enfermedad. Estos fármacos pueden ocasionar efectos secundarios de menor o mayor gravedad.

En algunos casos, los profesionales de la salud pueden considerar el trasplante pulmonar. Este procedimiento se realiza con más frecuencia en pacientes de menos de 60 años de edad en quienes la FP no ha respondido a otros tratamientos.

Se está investigando nueva medicación para tratar la FP.

Hábitos higiénico-dietéticos

- Es muy importante si fuma, dejarlo lo antes posible.
- Mantener una dieta equilibrada. Esto ayudará a mantener fuerte el organismo.
- Comer durante el día en pequeñas cantidades y con mayor frecuencia. A muchos pacientes les resulta más fácil respirar cuando su estómago no está lleno completamente.
- Practicar ejercicio moderado, como caminar o montar en bicicleta estática ya que ayuda a fortalecer la función pulmonar.
- Apuntarse a un programa de rehabilitación pulmonar puede ayudar a incrementar la resistencia y a aprender técnicas de respiración.
- El profesional de la salud puede haber prescrito al paciente oxígeno suplementario que proporcionará a su organismo el oxígeno que necesita y que sus pulmones no pueden aportar. El oxígeno suplementario puede ayudar al paciente a sentirse con una mejor respiración y más enérgico.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Complementos alimenticios

Lungdefence (HealthAid): Contiene nutrientes que van a potenciar el sistema inmune y favorecer la reparación de tejidos.

Enzimas proteolíticas como Bromelina 500 mg (HealthAid): Ayudan a reparar los tejidos.

Pycnogenol® 30 mg (HealthAid): Poderoso antioxidante que ayuda a proteger los pulmones.

Vitaminas B99 (Nutrinat Evolution): Las vitaminas del grupo B ayudan a la curación y a la reparación de tejidos.

Vitamina C + D + Saúco (Nutrinat Evolution): Reparar los tejidos y potencian la función inmunológica.

Clorela (*Chlorella pyrenoidosa*) 550 mg (HealthAid) como fuente de la clorofila: La clorofila, pigmento de color verde presente en plantas y algas, tiene una estructura química que es muy similar a la hemoglobina. Protege al organismo contra agentes contaminantes (humo, metales pesados, fármacos, toxinas, radiación o quimioterapia). Su acción desintoxicante promueve un equilibrio alcalino, incrementando la capacidad del sistema inmunológico contra los procesos infecciosos y estimulando la cicatrización y reconstrucción de tejidos dañados.

Omega 3 Plus (Nutrinat Evolution): Pueden mejorar la función pulmonar ya que alivian la inflamación.

Selenio Active (Nutrinat Evolution): Importante para la función inmunológica y reparación de tejidos.

Plantas medicinales

Ajo negro 750 mg (HealthAid): Uno de los mejores antibióticos y regeneradores celulares.

Jengibre (*Zingiber officinalis*) 560 mg (HealthAid): Puede ayudar a reducir la inflamación.

Eleuterococo (*Eleutherococcus senticosus*) 250 mg (HealthAid): Fortalece el sistema inmunológico.

Hongos medicinales

El **Reishi, extracto puro (Hawlik):** Es el hongo antiinflamatorio por excelencia.

Melena de León, extracto puro (Hawlik), por su capacidad regeneradora. El extracto de Melena de León posee capacidad para frenar el proceso de destrucción alveolar.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.