

Bronquitis

Introducción

• ¿Qué es la bronquitis?

La **bronquitis** es una irritación de los bronquios, que son los tubos que transportan el aire que entra y sale de los pulmones. Produce una tos que provoca la expulsión de moco (flema) todos los días durante tres meses o más.

Los bronquios son los conductos por los que circula el aire para llegar a la parte más profunda del pulmón (zona alveolar), que es donde realmente se establece el intercambio de oxígeno entre el pulmón y la sangre.

• Se diferencian dos tipos

- **Agudas:** es la inflamación de los bronquios, generalmente causada debido a una infección o bacteria. **La enfermedad puede llegar a durar unos días o semanas.**
- **Crónicas:** es una inflamación que puede durar unos tres meses, durante unos dos años consecutivos. A diferencia de la bronquitis aguda, a este tipo de bronquitis no se le conoce una causa específica.

Aproximadamente un 5% de la población padece bronquitis anualmente, cobrando mayor importancia en aquellas personas con enfermedades respiratorias previas como los asmáticos, afectados por EPOC, o en niños y ancianos.

Se manifiesta con más frecuencia en los meses de invierno y otoño, siendo originada mayoritariamente por **virus**, aunque en un pequeño porcentaje pueden tener un origen bacteriano.

La bronquitis aguda se curará siempre que desaparezca la infección que la ha producido, o la sustancia que ha irritado los bronquios de manera temporal; pero la bronquitis crónica no se cura. Por ello, es importante aprender a vivir con la enfermedad y seguir una serie de consejos básicos para intentar que nos afecte de la menor forma posible.

Síntomas y manejo

• Los síntomas son, entre otros:

- Toser con mucosidad transparente o blanco.
- Sensación de mucho cansancio
- Falta de aire
- Molestia u opresión en el pecho
- Secreciones y esputos.

Acuda a su médico si fiebre, disnea importante (asfixia), tos persistente o mucosidad verdosa que no mejora tras tratamiento.

• ¿Cómo se trata la bronquitis?

Existen tres tipos principales de tratamientos para la bronquitis:

- **Medicinas:** la mayoría de las personas utiliza inhaladores que ayudan a abrir las vías respiratorias o que disminuyen la inflamación en éstas. Con frecuencia se necesita más de un inhalador al mismo tiempo. A veces se necesita corticoides cuando los síntomas empeoran más de lo normal.
- **Oxígeno:** si la enfermedad empeora, algunas personas necesitan usar oxígeno para respirar.

Como normal general, no es necesario tomar antibióticos para poder curar la enfermedad; dicha infección puede desaparecer sola al cabo de unas semanas. Solo se debe descansar, tomar mucho líquido y, si desea tomar algo para notar mejoría, consulte con farmacéutico.

EN CASO DE DUDA PÓNGASE EN CONTACTO CON SU ENFERMER@ / MÉDIC@ DE REFERENCIA



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de quironsalud.com, o en nuestra **App**.

DESCARGA LA APLICACIÓN



App Store



Google Play



Bronquitis

Recomendaciones al alta



- En la bronquitis es importante **beber gran cantidad de agua**, sobre todo en forma de infusiones. Es una de las sustancias con mayor actividad mucolítica. Cuanta más agua ingiera el paciente, menos densa será la mucosidad.
- Se deben **evitar los cambios bruscos de temperatura**; así como el frío o el calor extremos.
- **Aprender** técnicas de relajación y mantener la calma durante la exacerbación de la bronquitis es fundamental; si el paciente se pone nervioso le será más complicado respirar.
- Es muy conveniente **utilizar un humidificador de aire**. Aumentar la humedad del ambiente, evitando así que el aire sea muy seco, puede ayudar a respirar, en especial durante la noche.
- Los **aerosoles, espray** para el pelo... pueden ser perjudiciales para la bronquitis. Es preferible no usarlos, o permanecer alejado si alguien los está utilizando en ese momento.
- La **vacunación antigripal y antineumocócica** es aconsejable a toda persona con enfermedades respiratorias crónicas como el EPOC con el fin de evitar complicaciones.

EN CASO DE DUDA PÓNGASE EN CONTACTO CON SU ENFERMER@ / MÉDIC@ DE REFERENCIA



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "**Mi Quirónsalud**" de quironsalud.com, o en nuestra **App**.

DESCARGA LA APLICACIÓN



App Store



Google Play

