

UNIDAD DE MEDICINA DEPORTIVA



HPS
HOSPITAL PERPETUO SOCORRO

TE MERECE
UN RECONOCIMIENTO

Médico

La Unidad de Medicina Deportiva del Hospital Perpetuo Socorro cuenta con un equipo de gran prestigio, especializado en Reconocimientos Médicos Deportivos.

Los reconocimientos son necesarios para una segura práctica deportiva y están dirigidos a deportistas profesionales y amateurs que desean mejorar su rendimiento deportivo.

928 49 99 00
HPShospital.com

LA CONSULTA ➔ Dra. María José Domínguez Lozano

Especialista en
Neumología de
Hospital
Perpetuo Socorro

NO EXISTE UN ÚNICO MICROORGANISMO RESPONSABLE DE LA NEUMOMÍA, YA QUE LA INFECCIÓN PUEDE DEBERSE A UN VIRUS, UNA BACTERIA O UN HONGO.

«Es fundamental ir al médico ante síntomas de neumonía»

CANARIAS7 / LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

— Mañana es el Día Mundial contra la Neumonía, ¿en qué consiste esta enfermedad?

— La neumonía es un proceso infeccioso agudo que se caracteriza por la inflamación del tejido de uno o los dos pulmones. No existe un único microorganismo responsable de tal infección ya que puede deberse a un virus, una bacteria o un hongo. Los pulmones se conforman a partir de unos pequeños sacos que se llenan de aire cuando inhalamos y que se denominan alveolos. Cuando se ven infectados por la neumonía se llenan de pus y líquido, lo que complica la respiración y provoca tos, flema y fiebre

— ¿Es posible prevenirla?

— Hay algunas pautas que se pueden seguir. En primer lugar, y especialmente en personas que cuentan con factores de riesgo o mayores de 65 años, puede ser recomendable la administración de la vacuna antigripal y contra el neumococo siempre y cuando esté prescrita por un médico, ya que no está indicada para todo el mundo. El neumococo es el germen que produce la gran mayoría de las neumonías, por eso, la protección contra él disminuye mucho la incidencia y gravedad de las neumonías en general. Otras medidas que pueden ayudar a prevenirla son una adecuada hidratación y alimentación, que contemple un abundante consumo de fruta y verdura evitando el exceso de calorías en fritos, salsas y rebozados así como abandonar el hábito tabáquico en caso de existir. Por último, y para evitar el contagio, que suele producirse a través del aire o de objetos contaminados, es recomendable no permanecer demasiado tiempo en ambientes cargados y procurar ventilarlos, lavarse frecuentemente y de forma meticulosa las manos con agua y jabón además de protegerse frente al frío.

— ¿A qué factores de riesgo se refiere?



Neumonía. La doctora María José Domínguez habla del proceso infeccioso.

— El padecimiento de enfermedades que debiliten el sistema inmunológico, la diabetes mellitus, el asma, la bronquitis crónica, la hipertensión, insuficiencia cardíaca o renal crónica, hepatopatía crónica o el EPOC constituyen factores de riesgo que pueden agravar de forma importante la enfermedad, además de la malnutrición o la demencia. El alcoholismo y el tabaquismo también complican el cuadro así como haber sido hospitalizado por neumonía en los doce meses anteriores. Los mayores de 65 años y los niños menores de cinco son además más proclives a padecer esta enfermedad.

— ¿En general se trata de una enfermedad grave?

— En principio es una enfermedad que se produce con cierta frecuencia durante el invierno y que no reviste excesiva gravedad si no va acompañada de factores de riesgo y se trata adecuadamente. No obstante no debe tomarse en absoluto a la ligera, por lo que es importante acudir a

consulta ante la aparición de síntomas ya que de hecho, y aunque se va reduciendo su incidencia, es aún la sexta causa de muerte en países desarrollados.

— ¿Qué síntomas presenta?

— Los síntomas son variables dependiendo de múltiples factores, no únicamente el germen responsable del contagio. En el digamos cuadro más típico, los principales síntomas se presentan en menos de 48 horas y los constituyen la fiebre acompañada de escalofríos, tos acompañada de flema purulenta y dolor torácico procedente de la pleura semejante a una especie de pellizco en el costado al respirar. En otros casos los síntomas aparecen de firma más gradual con malestar general, dolores musculares y articulares, tos seca, décimas de fiebre, cansancio y dolor de cabeza. En algunos casos pueden ir acompañados de problemas gastrointestinales como vómitos, náuseas o diarreas e incluso alteraciones en el estado de conciencia.

DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO

■ El diagnóstico de la neumonía se realiza a partir de una entrevista médica, una exploración física y una radiografía de tórax. Una vez confirmada su existencia es momento de analizar su localización en el pulmón, extensión y gravedad, lo que determinará asimismo la necesidad o no de un ingreso hospitalario.

En casos leves suele bastar con la prescripción de antibióticos y visitas rutinarias a consulta mientras que en casos de mayor gravedad es preciso realizar pruebas más específicas que discriminen con exactitud el germen que ha provocado la infección a través de pruebas como cultivos, broncosco-

pia, punción pulmonar o una serología. En cualquiera de los casos es fundamental no recurrir nunca a la automedicación, que puede crear resistencia ante el germen responsable de esta enfermedad, como ocurre con otras muchas, y respetar escrupulosamente la pauta y el tiempo prescrito de tratamiento.