Diagnóstico y tratamiento precoces para una vida mejor

El Día Mundial de la EPOC , organizado por la Iniciativa Global para la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (GOLD) en colaboración con organizaciones de profesionales y pacientes de todo el mundo, tiene como objetivo sensibilizar, compartir conocimientos y debatir formas de reducir la carga de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) a nivel mundial. La EPOC es una afección respiratoria crónica e incapacitante que puede dificultar enormemente la vida diaria. Según GOLD, causa tres millones de muertes al año en todo el mundo —especialmente en países con escasos recursos— y se prevé que esta cifra aumente debido al envejecimiento de la población y la exposición continua a riesgos como el humo del tabaco y la contaminación atmosférica.

El lema del Día Mundial de la EPOC de este año es «diagnóstico y tratamiento precoces para una mejor calidad de vida». A menudo, la EPOC solo se diagnostica cuando los pulmones ya están dañados, lo que aumenta el riesgo de exacerbaciones, neumonía, una disminución significativa de la calidad de vida y muerte prematura. GOLD recomienda la detección activa de casos, incluyendo la realización de espirometrías en personas con síntomas o factores de riesgo.

programa de cambio del Grupo Internacional de Atención Primaria Respiratoria (IPCRG), COPD Right Care , utiliza un enfoque de movimiento social para concienciar sobre los problemas en el diagnóstico y el tratamiento de la EPOC, y para lograr el compromiso necesario para actuar. El IPCRG considera que las principales barreras para el diagnóstico precoz de la EPOC incluyen:

- Comportamientos y creencias del paciente (no reconocer la aparición lenta y gradual de los síntomas; tendencia a no buscar ayuda para síntomas como la dificultad para respirar y la fatiga; miedo a ser estigmatizado por fumar; dificultad para reconocer una exacerbación en comparación con un "mal día" y saber cómo manejarla en casa o si se requiere atención médica de emergencia).
- Comportamientos y creencias de los médicos (no considerar las infecciones bronquiales repetidas como un signo temprano de EPOC; no considerar la EPOC en no fumadores; no considerar la EPOC en mujeres debido a prejuicios de género; subestimar que el consumo de tabaco es una dependencia crónica que a menudo comienza en la infancia y que, a su vez, suele estar infradiagnosticada e infratratada).
- Problemas relacionados con la espirometría (falta de disponibilidad; falta de financiación/reembolso para la espirometría en atención primaria; realización inconsistente de la espirometría y falta de formación en espirometría);
- Restricciones logísticas (por ejemplo, la falta de tiempo en la atención primaria)

Queremos dar mayor visibilidad a la EPOC conectando a personas con experiencia directa con profesionales, describiendo cómo es un tratamiento óptimo y seguro, y mostrando por qué la

personalización mediante la toma de decisiones compartida es algo que debemos promover. La atención adecuada significa hacer lo correcto, y solo lo correcto, de la manera correcta, para las personas adecuadas, en el momento adecuado y en el lugar adecuado, sea lo que sea que eso signifique en el contexto local. Para el diagnóstico y manejo precoces de la EPOC, eso significa:

Diagnóstico

- Diagnóstico e intervención precoces para reducir la carga de síntomas y mejorar la calidad de vida (véase el artículo de ayuda para ordenadores 13: Lograr un diagnóstico precoz de la EPOC).
- Mantenerse alerta ante los síntomas de la EPOC en poblaciones donde la contaminación del aire interior y exterior son factores de riesgo, independientemente de la dependencia del tabaco o el sexo (véase el Ayudante de escritorio 8: Mejora de la atención a las mujeres con EPOC).
- Espirometría para diagnosticar la EPOC (véase Desktop Helper 14: Guía rápida de espirometría ; Espirometría simplificada).

- Amplíe sus conocimientos en espirometría mediante nuestro programa certificado "Espirometría Simplificada", diseñado específicamente para la atención primaria a nivel mundial. https://www.ipcrg.org/education/spirometry-simplified

Gestión

- Vacunación para reducir el riesgo de exacerbaciones (véase la infografía «Vacunas recomendadas para la EPOC»).
- Se debe ayudar a las personas a dejar de fumar no solo para prevenir la EPOC, sino también para ralentizar el deterioro de la función pulmonar, teniendo en cuenta que cuanto antes deje de fumar una persona, mayor será el impacto (véase la Guía de escritorio 4: Cómo ayudar a los pacientes a dejar de fumar ; recursos sobre la dependencia del tabaco).
- Intervención farmacológica temprana: generalmente significa broncodilatación dual como tratamiento inicial y terapia triple solo para los pacientes que se beneficiarían (véase la Rueda de la EPOC ; Tarjetas de preguntas y desafíos sobre la EPOC ; Ayuda de escritorio 6: Retirada de ICS ; Declaración de posición del IPCRG sobre la clasificación de la EPOC y el uso de corticosteroides inhalados en las recomendaciones GOLD de 2026).

- Decisiones compartidas sobre los objetivos del tratamiento (Véase Desktop Helper 3: Enfoque paliativo ; Revista COPD, número 3).
- Autogestión asistida que incluye el manejo de la disnea y la reducción del sedentarismo (Véase la revista COPD Magazine números 1-3; Guía de escritorio 17: Disnea en adultos).
    - Nuestra Rueda de la EPOC ofrece una forma de personalizar las conversaciones sobre la EPOC y ahora está disponible como herramienta interactiva en https://interactive.ipcrg.org/ o en formato impreso en https://www.ipcrg.org/copdwheel.
- Tarjetas de preguntas y retos sobre la EPOC: pueden utilizarse para iniciar conversaciones sobre la EPOC entre colegas clínicos, con personas con experiencia vivida y con estudiantes, ofreciendo información y formulando preguntas provocativas para crear mayor conciencia sobre las lagunas de conocimiento y la comprensión de la EPOC.

- Revista EPOC: Una revista en línea para personas con EPOC que apoya el autocontrol de su enfermedad. Incluye guías, infografías y enlaces a videos seleccionados por nuestro equipo de expertos para educar, motivar e inspirar. Ya están disponibles 3 números.

- Infografías para ayudarte a autogestionar tu EPOC: Utiliza estas infografías para compartir consejos prácticos sobre cómo autogestionar la EPOC y explicar conceptos clave relacionados con la actividad física y la nutrición.
- '¿Cómo te sientes ahora mismo?' Dibujos animados para la autoevaluación emocional de personas con enfermedades respiratorias crónicas: Utilice estos dibujos animados, que representan de forma cercana nuestras emociones básicas, tal como se muestra en la literatura, que se experimentan en diferentes culturas y países, para brindar a las personas con enfermedades respiratorias crónicas la oportunidad de identificar y actuar sobre sus emociones, creando más espacio para las emociones positivas y buscando ayuda para cambiar las negativas.

La directora ejecutiva de IPCRG, Siân Williams, y Lindsay Welch (Universidad de Bournemouth) han publicado un artículo con dos llamamientos a la acción de cara al Día Mundial de la EPOC. Lea el artículo completo y únase a la conversación aquí .

También animamos a todos a sintonizar el EPOC Baton Pass en el Día Mundial de la EPOC, una transmisión global en vivo que reúne a profesionales de la salud y personas con EPOC para

aprender y colaborar con el fin de aumentar la concienciación, inspirar la participación y lograr un impacto global, un ejercicio amigable para los pulmones.