

El Rincón Médico

Sólo es gripa y un poco de tos: La neumonía

Dra. Luz Elena Navares

La Sra. Amparo es mi vecina. Es una mujer activa, como de unos 75 años de edad, refunfuñona pero de buen corazón. Ella vive sola pero generalmente una sobrina le habla y la visita. Además cuenta con varias amistades que están al pendiente de ella.

Ya tenía tiempo sin verla pero el día que entró a mi tienda de abarrotes, supe que algo no andaba bien con su salud porque llegó pálida, muy agitada, con dificultad para respirar y con mucha tos. Le pregunté sobre su problema, si ya había acudido con un doctor y ella me contestó: "¡Sólo es una fuerte gripa, pero ya voy saliendo. No se preocupe! No he querido avisarle a mi sobrina, quien es la que me lleva al doctor. En realidad, no quisiera mortificarla. Además, no he tenido mucha temperatura".

Ante su condición le insistí que habláramos con su sobrina, quien inmediatamente la llevó con el doctor. Resultó que Amparito tenía nada menos que una neumonía, por lo que tuvo que ser internada en el hospital. Ahora ya esta bien, ya empezó a llamarles la atención a los niños del vecindario.

¿Qué es la neumonía?

La neumonía es una inflamación del tejido pulmonar. Existen más de 50 clases de neumonías, presentándose desde una forma leve hasta las que ponen en peligro la vida. En neumonías infecciosas, bacterias, virus u otros organismos atacan los pulmones, causando que éstos se inflamen y haciendo difícil la respiración. La neumonía puede afectar un pulmón o los dos, en el último caso es conocida popularmente como doble pulmonía.

En muchas ocasiones la neumonía es engañosa, sigue a un resfriado común o gripa. Puede ser asociada con otras enfermedades u ocurrir por sí misma. Lo mejor es tratar de prevenirla, pero cuando se presenta esta enfermedad, el reconocerla y tratarla lo más tempranamente posible ofrece mayor oportunidad para una completa recuperación.

¿Qué causa la neumonía y cómo se manifiesta?

Las principales causas de neumonías son bacterias, virus, micoplasma, *pneumocisti Carinii* y químicos.

Los síntomas varían según el tipo de organismo que ocasiona la infección y del estado de salud de la persona. Por lo general se presentan después de haber sufrido una infección de la faringe (garganta) como un resfriado o gripe. Los síntomas más comunes son temblor, escalofríos, fiebre alta, sudoración, dolor en el pecho, tos y flemas de color óxido (herrumbre), verdosas o amarillentas (*bacterianas*).

Las neumonías del *tipo viral* son causadas en su mayoría por el virus de la influenza y son responsables de la mitad de los casos de neumonías. Éstas son más frecuentes durante el

otoño y el invierno y son más peligrosas en personas con enfermedades cardiovasculares o con otros problemas del pulmón. Las neumonías virales se pueden complicar con una neumonía bacteriana.

Existen microorganismos que no son ni virus ni bacterias, pero se comportan como los dos, llamados *micoplasmas*, que producen un tipo de neumonía muy leve. De hecho, en muchas ocasiones el paciente no busca ayuda porque no se siente mal, ni tiene la necesidad de quedarse en casa. Por lo mismo se contagian fácilmente, principalmente en guarderías, niños de etapa escolar y adultos jóvenes.

Otras causas de neumonías pueden ser *parásitos* como el *pneumocisti carinii* que se presenta en personas que sufren de SIDA. También por la aspiración de alimentos o la inhalación de *químicos*, polvos o gases. Además de éstas existen muchas otras causas que pueden producir esta enfermedad.

¿La neumonía se puede prevenir?

Ya que la neumonía es una complicación de la gripe, una manera de prevenirla es vacunándose contra la gripe todos los otoños.

También existe la vacuna para la neumonía *neumocócica* (un tipo de bacteria), que se aplica a las personas que tienen alto riesgo de sufrir neumonía.

Las personas que están en mayor riesgo de contraer neumonía son: los mayores de 65 años, los niños muy jóvenes con inmadurez en el sistema inmune, los que sufren enfermedades crónicas como las del corazón, enfisema, diabetes mellitas, trastornos del riñón, anemia de células falciformes, los fumadores, los que abusan del alcohol y drogas.

Por lo que un buen control de todos estos factores y el mantener una vida saludable, con una buena alimentación, ejercicio y descanso, aumentan las resistencias para no sufrir enfermedades.

¿Qué hacer si se tienen síntomas de neumonía?

Se debe acudir inmediatamente con el doctor: el diagnóstico temprano y el tratamiento rápido son importantes para la pronta recuperación. Si después de un buen interrogatorio y un examen clínico completo el médico sospecha neumonía, para corroborar la presencia de esta enfermedad, pedirá exámenes de sangre, cultivo de la flema para saber el tipo de bacteria y radiografía de tórax.

¿Qué tratamiento es el conveniente?

El tratamiento lo decidirá el médico y dependerá de la causa de la neumonía y la severidad de ésta. Si la neumonía es leve y secundaria a bacterias generalmente se trata con antibióticos, medicamentos para disminuir la fiebre y las molestias de cuerpo y cuidados generales como ingerir suficientes líquidos, una buena alimentación y reposo. En las neumonías virales el tratamiento es el mismo pero no se dan antibióticos, a menos que se haya complicado con bacterias.

Si la neumonía es severa en donde existe una gran dificultad para respirar puede ser necesaria la hospitalización y la aplicación de antibióticos intravenosos.

VENTANA

Principales causas de Neumonías: Bacterias, Virus, Micoplasma, Pneumocisti Carinii, Químicos.

Los pulmones son 2 órganos esponjosos, rodeados por una membrana húmeda llamada pleura. Cuando respiras el aire inhalado viaja hasta tus pulmones a través de la tráquea, bronquios, bronquiolos hasta llegar a los alvéolos. En todo este trayecto existen mecanismos que te protegen de infecciones.

VENTANA

¿Qué hacer si tengo neumonía?

Si presentas neumonía el seguir las siguientes indicaciones puede evitar las complicaciones:

- Descanse por completo: aún si empieza a sentirse mejor, no trate de hacer cosas;
- Tome muchos líquidos, especialmente agua. Los líquidos evitan que se deshidrate y ayudan a aflojar el moco de sus pulmones.
- Tome el tratamiento completo de los medicamentos prescritos por su doctor: El no tomar el medicamento puede provocar que la neumonía regrese y contribuye al desarrollo de resistencia a los antibióticos.
- Acuda con su médico a las siguientes citas: aún cuando se sienta mejor, puede ser que sus pulmones continúen infectados, por eso es importante tener el control con su médico.

VENTANA

Cada año, más de 18.000 mexicanos (CEPS - Centro de Estudios de Población y Salud) mueren por neumonía – inflamación y infección de los pulmones. Aunque la neumonía es de especial consideración para los niños, los ancianos y aquellos con enfermedades crónicas, puede afectar a jóvenes, así como a las personas saludables.