

# Vivir con EPOC



## ¿Qué es la EPOC (COPD, en inglés)?

La EPOC\* es una enfermedad que afecta sus vías aéreas y alvéolos pulmonares.

Cuando tiene EPOC, ocurren cambios en sus pulmones. Estos cambios afectan su respiración normal y hacen que haya una menor cantidad de aire que entra y sale de sus pulmones.

**Respirar se hace más difícil porque:**

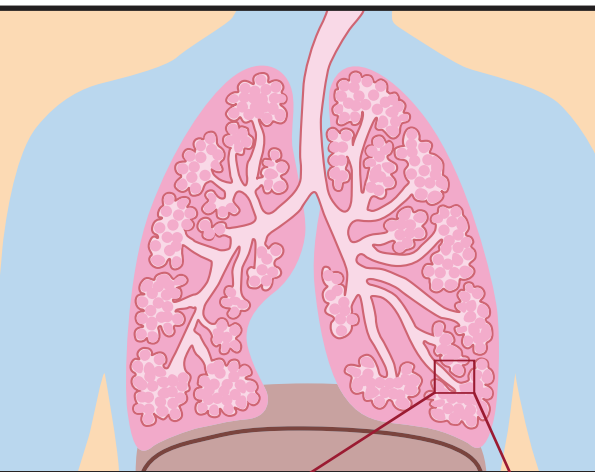
- **Sus pulmones tienen dificultades para expulsar el aire "usado"**
- **Puede que a sus pulmones no les quede suficiente espacio para inspirar aire fresco y "nuevo"**

### CON ENFISEMA

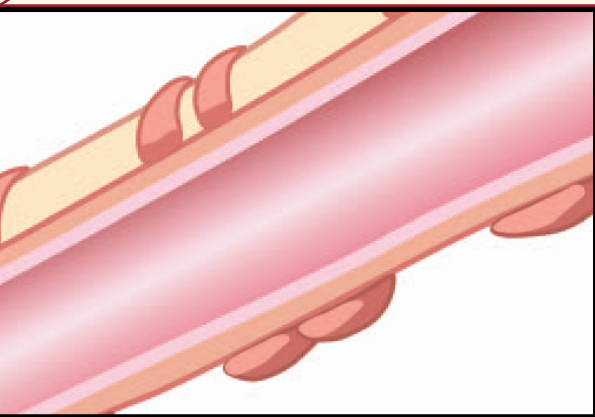
- Los alvéolos pulmonares de las terminaciones de sus vías respiratorias están dañados. Estos pierden su forma
- Este deterioro hace que queden unos pocos alvéolos grandes, en lugar de muchos alvéolos pequeños
- Su sangre puede no obtener suficiente oxígeno. Y usted tiene que esforzarse más para deshacerse del dióxido de carbono

### CON BRONQUITIS CRÓNICA

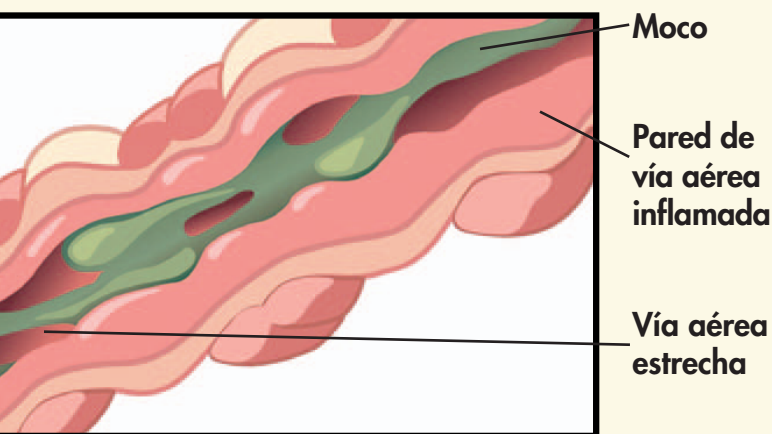
- Las paredes internas de sus vías aéreas se inflaman y engrosan
- Sus vías aéreas se estrechan
- Se forman grandes cantidades de moco
- Con el tiempo se forman cicatrices en los pulmones y no pueden funcionar bien



Vía aérea abierta y saludable



Vía aérea no saludable



\*Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica, incluye bronquitis crónica, enfisema pulmonar o ambas enfermedades.

# ¿De qué manera le afecta la EPOC?



**Si usted tiene EPOC, tiene que esforzarse más para respirar. Si bien los síntomas pueden variar de persona a persona, usted puede experimentar uno o más de los siguientes síntomas:**

- Falta de aire
- Tos frecuente con o sin moco
- Respiración jadeante
- Fatiga (cansarse fácilmente y a menudo)
- Infecciones pulmonares, como bronquitis aguda, más de una vez al año

## **Sugerencias para vivir mejor con EPOC:**

- Deje de fumar
- Tome todos los medicamentos como le indicaron y visite a su profesional de cuidado de la salud con regularidad
- Coma alimentos saludables y ejercite regularmente para mantener el cuerpo fuerte
- Si su respiración se vuelve muy difícil, vaya inmediatamente al hospital o al profesional de cuidado de la salud
- Mantenga el aire limpio en su hogar. Evite cosas como el humo, que hacen que sea más difícil respirar

**Para obtener más información y asistencia, comuníquese con estos recursos útiles:**

**COPD Foundation  
(Fundación EPOC)**  
[www.copdfoundation.org](http://www.copdfoundation.org)

**Global Initiative for Chronic  
Obstructive Lung Disease  
(GOLD) (Iniciativa Global para  
la Enfermedad Pulmonar  
Obstruccion Crónica)**  
[www.goldcopd.com](http://www.goldcopd.com)

**National Heart, Lung,  
and Blood Institute (NHLBI)  
(Instituto Nacional del Corazón,  
los Pulmones y la Sangre)**  
1-301-592-8573  
[www.nhlbi.nih.gov](http://www.nhlbi.nih.gov)

**National Emphysema Foundation  
(Fundación Nacional contra  
el Enfisema)**  
1-203-866-5000  
[www.emphysemafoundation.org](http://www.emphysemafoundation.org)

**Centers for Disease Control  
and Prevention (CDC) (Centros  
de control y prevención de  
enfermedades)**  
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)

**Pulmonary Education and  
Research Foundation  
(Fundación para la Educación  
e Investigación Pulmonar)**  
[www.perf2ndwind.org](http://www.perf2ndwind.org)

Boehringer Ingelheim Pharmaceuticals, Inc. no tiene ningún interés de propiedad en ninguna otra organización que promociona o comercializa productos y servicios de manejo de la enfermedad. *Un recurso educativo para los pacientes suministrado por Boehringer Ingelheim Pharmaceuticals, Inc.*