

Enfermedades respiratorias, aumenta su incidencia y su mortalidad



Las enfermedades pulmonares causan anualmente cerca de un millón de muertes en la Región Europea de la OMS, de las cuales dos terceras partes ocurren en los 28 países de la UE. El cáncer de pulmón es la principal causa de muerte por enfermedad respiratoria, seguido de EPOC, infecciones de las vías respiratorias bajas y tuberculosis.

Se calculan unos 5,4 millones de años potenciales de vida perdidos por causa de enfermedades respiratorias como el asma. Más de la mitad de las muertes a causa de patologías respiratorias se deben a enfermedades causadas por el tabaco. El coste total de las enfermedades respiratorias en la UE-28 excede la impactante cifra de 380.000 millones de euros. Se trata de un coste inaceptable al que la UE debe enfrentarse, por ejemplo, reduciendo de manera activa el uso del tabaco. Desde una perspectiva de salud pública, no solo las cifras son preocupantes, sino también el incremento de enfermedades como la EPOC (enfermedad pulmonar obstructiva crónica) y la reaparición de la tuberculosis multirresistente.

Las enfermedades pulmonares son uno de los mayores problemas de salud globales, causando una sexta parte de todas las muertes en el mundo. El impacto de las enfermedades pulmonares sigue siendo tan grande como lo fue en el siglo pasado, y es probable que siga siéndolo durante varias décadas. Cada año en la Unión Europea, una de cada ocho muertes se deben a enfermedades respiratorias, y los trastornos pulmonares causan al menos 6 millones de ingresos hospitalarios. Más de la mitad de estas muertes se deben a cáncer de pulmón o EPOC, y están relacionadas con fumar.

Las enfermedades pulmonares causan discapacidad y muerte prematura. Tienen un enorme coste relacionado con la atención primaria, la atención hospitalaria y tratamientos, así como la pérdida de productividad de los que no pueden trabajar y las personas que mueren antes de tiempo debido a su condición. El cálculo de la carga económica es muy difícil debido a la falta de información y datos, y por existir grandes lagunas en las estimaciones de costes. Las cifras actuales son probablemente subestimaciones considerables, pero se estima que el coste total de las enfermedades respiratorias en la UE supera los 380 billones de euros, siendo la carga más grande la de la EPOC y el asma, con más de 200 billones. La mitad de la carga económica de las enfermedades pulmonares se debe al tabaquismo.

El consumo de tabaco

El consumo de cigarrillos es la principal causa de muchas enfermedades pulmonares. El humo del tabaco contiene más de 4.000 sustancias químicas, muchas de las cuales son tóxicas y pueden producir cáncer.

Un aumento del número de áreas libres de humo en Europa puede ayudar a evitar que los jóvenes se inicien en el consumo de tabaco; además, un incremento adicional del precio de los cigarrillos puede ayudar a reducir las enfermedades a largo plazo y las muertes causadas por el tabaco en los próximos veinte años y más adelante.

Como principales áreas de actuación, se deben reforzar las intervenciones a nivel de comunidades, estados y la UE contra el tabaco, con un empaquetado sencillo y que anime a abandonar su consumo. Además, debe animarse a todos los fumadores a que abandonen ese hábito y, de este modo, reducir la carga del consumo de tabaco durante las dos próximas décadas; y la educación para dejar de fumar debería incluirse en la formación de todos los profesionales sanitarios y estudiantes de medicina.

Las estimaciones sugieren que alrededor de 100 millones de personas murieron en el mundo a causa del tabaco en el siglo XX, y esta cifra aumentará a mil millones en el siglo XXI. Según un estudio del Eurobarómetro de la Comisión Europea realizado en 2012, el 24 % de las mujeres y el 32 % de los hombres eran fumadores.



Actualmente, el cáncer de pulmón causa más muertes en la UE que cualquier otro tipo de cáncer, y supone el 20% de todos los casos mortales de cáncer. Aunque solo el 15% de la población mundial vive en Europa, casi una tercera parte de la carga de la enfermedad por afecciones relacionadas con el tabaco ocurre en este continente.

El consumo pasivo de tabaco, también conocido como humo de segunda mano o humo de tabaco ambiental, se produce cuando una persona aspira humos tóxicos que han permanecido en el aire u objetos alrededor tras haberse consumido un cigarrillo. También hace referencia a la exposición del feto al humo de la madre. El humo pasivo está clasificado por la Organización Mundial de la Salud como causante de cáncer de pulmón y no existen niveles seguros de exposición; cada año mueren más de 600.000 no fumadores en todo el mundo como resultado de su exposición al humo de segunda mano. Se sabe que el humo pasivo causa cáncer de pulmón, tos, sibilancias y otras afecciones, como enfermedad cardíaca coronaria y síncope en adultos.

Enfermedades pulmonares

- **Asma de adulto.** El asma es una enfermedad crónica común que puede afectar a personas de todas las edades. Produce inflamación de las vías respiratorias. El término asma del adulto hace referencia a asma infantil que continúa en la edad adulta; reaparición del asma tras haberla padecido en la infancia con posterior desaparición; o asma que se ha desarrollado sólo en la edad adulta. Con frecuencia, el asma del adulto está relacionada con alergias y viene acompañada de otros estados alérgicos, como la rinitis/fiebre del heno. En Europa, casi diez millones de

Población fumadora habitual

	 Hombres	 Mujeres
de 15-24 años	22,5%	21%
de 25-34 años	35,7%	28,3%
de 35-44 años	32,8%	28,3%
de 45-54 años	34,3%	30%
de 55-64 años	26,3%	15,4%
de 65-74 años	16,2%	4,6%
de 75-84 años	8,9%	0,9%
+85 años	4,4%	0,5%

Fuente: INE. Encuesta Nacional de Salud 2011-2012

niños y adultos menores de 45 años padecen asma. El Reino Unido e Irlanda tienen algunas de las tasas más elevadas de asma en Europa y el mundo.

Aproximadamente una tercera parte de la población padecerá asma entre los 5 y los 80 años. El asma suele aparecer en un estadio mucho más temprano de la vida que otras enfermedades crónicas, imponiendo una carga de por vida sobre la persona asmática, las personas que la tienen a su cuidado y la comunidad.

- **Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).** La EPOC es un proceso a largo plazo que causa inflamación pulmonar, daños en el tejido pulmonar y obstrucción de las vías respiratorias, dificultando la respiración. La enfermedad se presenta de varias formas, aunque se sabe poco de las causas de esta variación y la mejor manera de controlar las diferentes expresiones de esta enfermedad.

Aproximadamente el 40-50% de las personas que fuman durante toda su vida desarrollarán EPOC, frente al 10% de los no fumadores. Alrededor del 15-20 % de los casos de EPOC se asocian a la exposición al polvo, productos químicos, vapores u otros contaminantes en el aire o en el lugar de trabajo. La prevalencia de EPOC es mayor en hombres que en mujeres. Las 300.000 muertes en Europa por EPOC cada año son el equivalente a tres bombas de Hiroshima.

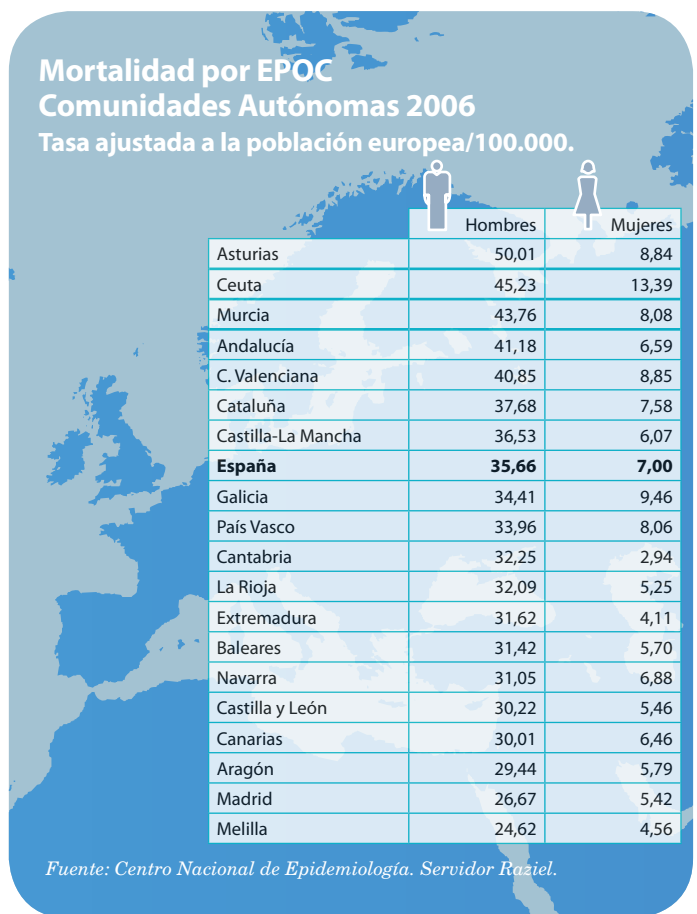
- **Cáncer de pulmón.** El cáncer de pulmón es el cáncer de la tráquea, bronquios (vías respiratorias) y alvéolos pulmonares. El cáncer de pulmón era una enfermedad rara a inicios del siglo XX, pero el aumento de la exposición al humo del tabaco y otros factores han contribuido a una expansión pandémica durante los siglos XX y XXI.

El humo del tabaco es responsable de más del 80% de los casos de cáncer de pulmón, siendo en la actualidad la principal causa de muerte por cáncer en todo el mundo, en hombres y en mujeres, con 1,38 millones de fallecidos en 2008. Más de una cuarta parte de los casos aparecen en personas de edades inferiores a los 60 años, y sólo una de cada ocho personas con cáncer de pulmón sobrevive cinco años después del diagnóstico.

- **Enfermedades pulmonares ocupacionales.** Las enfermedades pulmonares ocupacionales, o relacionadas con el trabajo, son aquellas causadas o que empeoran por los materiales a los que está expuesta una persona en su lugar de trabajo. El impacto de estas enfermedades se subestima por la falta de información sobre ellas. Por ejemplo, es más probable que se desarrolle una enfermedad ocupacional en personas de edad avanzada, que ya no están trabajando, pero cuya enfermedad está causada por su ocupación anterior.

Hasta el 15% de los casos de asma, y entre el 15-20% de los casos de EPOC están relacionados con factores del lugar de trabajo, así como el 15% de los casos de cáncer de pulmón en hombres y un 5% en mujeres. En Europa, se han calculado en más de 39.000 las muertes por asma el año 2000 como resultado de la exposición a polvo y humos relacionada con el trabajo.

- **Enfermedades pulmonares en niños.** Numerosas investigaciones han mostrado que los problemas pulmonares suponen casi una cuarta parte de todas las visitas de los niños al pediatra. Las dos principales enfermedades que afectan a los niños son el asma y la fibrosis quística, que se tratan en diferentes secciones. Otras enfermedades pulmonares importantes en niños incluyen:



Bronquiolitis, enfermedades pulmonares relacionadas con un nacimiento prematuro, incluida la displasia broncopulmonar (DBP), neumonía, tuberculosis (TB), problemas pulmonares presentes desde el nacimiento (problemas pulmonares congénitos) y tos ferina.

- **Tuberculosis (TB).** La tuberculosis es una enfermedad causada por una bacteria llamada *Mycobacterium tuberculosis*. Aunque el número de casos se ha reducido durante las últimas décadas, principalmente en los países con economías desarrolladas, sigue siendo un problema importante para la salud pública, debido a la reciente aparición de cepas bacterianas a las que no responden los medicamentos utilizados tradicionalmente, especialmente en países de economías de nivel medio y bajo. La Organización Mundial de la Salud estima que en 2011 hubo 8,7 millones de nuevos casos de tuberculosis, de los cuales entre 1,0 y 1,2 millones eran VIH positivo. El tratamiento de la tuberculosis es complejo y lleva muchos meses, utilizándose al menos cuatro fármacos. La mayoría de las personas con tuberculosis pulmonar no tratada mueren en 1,5 años tras el desarrollo de los primeros síntomas.

- **Fibrosis quística (FQ).** La fibrosis quística es una enfermedad hereditaria, más común en niños y adultos jóvenes de raza blanca, aunque puede afectar a cualquier raza. Solía considerarse una enfermedad de los pulmones y el sistema digestivo, pero se sabe que afecta a la mayoría de los órganos del cuerpo.

Con mejoras en el diagnóstico y los cuidados, la esperanza de vida está aumentando progresivamente, y se ha convertido en una enfermedad de adultos. Según una reciente muestra de población de la UE, el 42% de las personas con FQ tienen más de 18 años, sin embargo, solo el 5% tiene más de 40 años. El 15% de los pacientes son hospitalizados al menos una vez al año.

- **Trastornos de la respiración durante el sueño.** El término hace referencia a diferentes enfermedades resultantes de una respiración anormal mientras dormimos. La más común es la apnea del sueño. Apnea significa una pausa temporal en la respiración. Aunque existen otros tipos de apneas, el término 'apnea del sueño' suele referirse al síndrome de apnea obstructiva del sueño (SAOS), en el que el individuo deja de respirar brevemente debido a la obstrucción temporal de la vía respiratoria de la garganta, denominada faringe.

Cuidados frente a la enfermedad pulmonar

Por lo que se refiere a las estrategias de alimentación, deben realizarse de cinco a seis comidas al día, repartidas en pequeñas cantidades, comiendo despacio y masticando bien. También deben consumirse de tres a cuatro raciones de fruta, para asegurar la ingesta de vitaminas y minerales necesarios; así como pescado de dos a tres veces a la semana, considerando que al menos dos sean de pescado azul. Por otro lado, debe disminuirse el consumo de grasa animal, y usar preferentemente aceite de

Estimación de las causas mundiales de muerte debidas al tabaco, según un escenario basal hasta 2030

Causa de muerte	Millones	Total (%)
Todas las causas	6,43	100
Cáncer	2,12	33
Tráquea, bronquios, pulmón	1,18	18
Boca y orofaringe	0,18	3
Esófago	0,17	3
Estómago	0,12	2
Hígado	0,10	2
Otros	0,34	5
Enfermedades cardiovasculares	1,86	29
Enfermedad isquémica	0,93	14
Enfermedad cerebrovascular	0,52	8
Otras	0,24	4
Enfermedades respiratorias	0,25	3
Tuberculosis	0,09	1
Infecciones respiratorias de vías bajas	0,15	2
Enfermedades digestivas	0,20	3
Diabetes mellitus	0,13	2
Otras	3,13	6

Fuente: Datos epidemiológicos de EPOC en España. Archivos de bronconeumología.

oliva virgen. Resulta recomendable no consumir alimentos muy fríos o muy calientes, que puedan inducir sensación de ahogo o de tos, y tomar abundantes líquidos, entre un litro y medio y dos diariamente.

En cuanto a otros hábitos, existen estudios que indican que cuanto mayor es la actividad física, menor es la disminución de la función pulmonar, tanto en fumadores activos como en antiguos fumadores. El ejercicio físico reduce el estrés oxidativo, tiene efecto antiinflamatorio y reduce la frecuencia de las infecciones de vías respiratorias (mecanismos atenuadores de los efectos nocivos del tabaco), además de facilitar a los fumadores el hecho de dejar de fumar. +

El cáncer de pulmón causa más muertes en la UE que cualquier otro tipo de cáncer