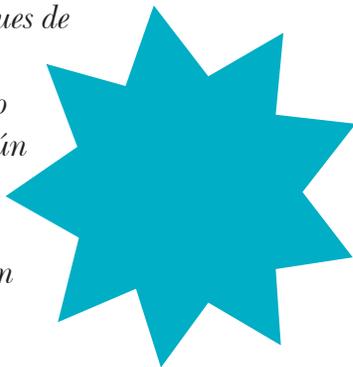


# Vivir Mejor la Tercera Edad

## Enfermedades de los pulmones

*Lupe ha fumado por más de 45 años. Este año ella empezó a tener dificultades porque no puede acoplarse al ritmo de actividad de su nieto de 3 años sin jadear. Ya no puede trabajar en el jardín sin que le den ataques de tos. A veces Lupe se siente con falta de aliento cuando camina por el mercado. Aún así, Lupe se sorprendió cuando el médico le dijo que ella estaba afectada con la enfermedad pulmonar obstructiva crónica.*



Cada día una persona inhala y exhala casi 20.000 veces. Eso es mucho trabajo para los pulmones. Con el paso del tiempo, la probabilidad de que una persona desarrolle un problema grave de los pulmones aumenta, especialmente si la persona fuma.

Los problemas de los pulmones que son más comunes en las personas mayores incluyen:

- ◆ Enfermedad pulmonar obstructiva crónica
- ◆ Pulmonía (neumonía)
- ◆ Cáncer de pulmón

### La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)

La EPOC (conocida como COPD por sus siglas en inglés) es una enfermedad que dificulta la respiración. Hay dos tipos principales de EPOC: el enfisema y la bronquitis crónica.

#### **Síntomas de la EPOC**

La dificultad para respirar es uno de los síntomas más comunes de la EPOC. Las personas que tienen la EPOC pueden sentir que tienen el pecho tan apretado que no pueden respirar. Es posible que tengan mucha tos. La tos puede o no producir mucosidades pegajosas y viscosas. La EPOC también puede causar respiración sibilante.

Estos problemas se desarrollan lentamente y empeoran con el paso del tiempo. Por ejemplo, es posible que al principio, alguien que tiene la EPOC tenga dificultad para respirar solamente cuando está activo físicamente. Pero a través del tiempo, la