

# LA EPOC Y USTED

## El diagnóstico temprano puede retrasar la progresión de la enfermedad

Se estima que más de 384 millones de personas en todo el mundo viven con enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).<sup>1</sup> Más de 16 millones de estadounidenses tienen EPOC, y casi 16 millones más tienen EPOC pero no lo saben.<sup>2,3</sup>

Si bien a muchos no se les diagnostica la EPOC hasta los 40 años o más, los primeros signos de la EPOC se pueden encontrar en adultos a partir de los 20 años.<sup>1,4</sup> Estas son las buenas noticias: Si la EPOC se descubre y se trata muy temprano, el daño en los pulmones puede ser reversible.<sup>4</sup>

### Así es como puede buscar, escuchar y actuar sobre cualquier síntoma lo más rápido posible para reducir el daño a largo plazo y mejorar su calidad de vida:



BUSQUE

- **Busque los primeros síntomas de la EPOC. Los síntomas comunes de la EPOC y otras afecciones pulmonares incluyen:**

- Tos (con o sin moco)
- Dificultad para respirar
- Sibilancias o respiración ruidosa
- Cansancio inusual
- Opresión en el pecho



ESCUCHE

- **Escuche su cuerpo y a sus seres queridos:**

- ¿Ha tenido algún síntoma de EPOC?
  - ¿Ha notado que sus seres queridos experimentan síntomas de EPOC?
    - Cuidadores pueden ser los primeros en notar los síntomas de la EPOC.
- Es fácil pasar por alto los síntomas leves de la EPOC.

*No descarte sus síntomas. En caso de duda, consulte.*



ACTUAR

- **Actúe rápidamente si nota síntomas de EPOC:**

- Comuníquese con su médico tan pronto como sienta los síntomas.
- **Obtener tratamiento temprano puede ayudar a prevenir o retrasar la progresión de la EPOC.**
- Hay pruebas disponibles para diagnosticar la EPOC.
  - La prueba de espirometría es una forma de saber si tiene EPOC. La espirometría es una prueba de respiración que es rápida, indolora y se puede realizar en el consultorio de un médico o en un hospital.



FUNDACION EPOC

[www.copdfoundation.org](http://www.copdfoundation.org) | (866) 731-2673

#### Referencias:

<sup>1</sup>Global Initiative for Chronic Obstructive Pulmonary Disease (2022) "Global Strategy for the Diagnosis, Management, and Prevention of Chronic Obstructive Pulmonary Disease" <https://goldcopd.org/2022-gold-reports-2/>

<sup>2</sup>Ford E. et al. COPD Surveillance-United States, 1999-2011. CHEST 2013; 144(1):284-305.

<sup>3</sup>Ford, E. et al. Trends in the Prevalence of Obstructive and Restrictive Lung Function Among Adults in the United States. CHEST 2013; 143(5):1395-1406

<sup>4</sup>Stoltz, D. et al. Towards the elimination of chronic obstructive pulmonary disease: a Lancet Commission. The Lancet Commissions. I: 2022; 400(10356): 921-972. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)01273-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)01273-9)