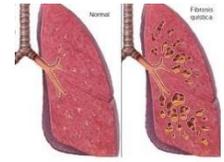


¿Qué es la fibrosis quística?

La fibrosis quística es una condición que afecta los pulmones, el aparato digestivo y otros órganos de por vida, es una enfermedad genética. La mucosidad, lágrimas, sudor y saliva se ponen tan espesos y pegajosos que obstruyen los pulmones y el aparato digestivo. La fibrosis quística por lo general causa problemas respiratorios, con la digestión y absorción de los alimentos.



¿Cuáles son los signos y síntomas?

- Dedos en forma de palillo de tambor en las manos o los pies
- Tos frecuente, respiración sibilante y falta de aliento
- Debilidad y fatiga
- Dolor abdominal
- La persona podría padecer de infecciones respiratorias frecuentes, como sinusitis, bronquitis o neumonía

Diagnóstico

El médico le preguntará si tiene historial familiar con la condición y acerca de los síntomas que presenta. Es posible que le recomiende asesoramiento genético para descubrir la causa. Es posible que usted necesite alguno de los siguientes exámenes:

- **Un examen de cloruro del sudor** mide la cantidad de cloruro en su sudor. Esta cantidad estará elevada si tiene fibrosis quística.
- **Análisis de sangre** para buscar signos de una infección y comprobar el funcionamiento de los riñones. Puede también que detecten el gen que causa la fibrosis quística.
- **Una radiografía** mostrará si sus pulmones están inflamados o han aumentado de tamaño. También indicará si sus vías respiratorias están obstruidas y si se ha acumulado líquido.

- **Una broncoscopia** es un procedimiento para mirar dentro de sus pulmones y para buscar algún daño. Se coloca un broncoscopio (tubo delgado con una luz en el extremo) por la boca y se hace llegar a los pulmones por la garganta. Es posible que se tomen muestras de tejido y fluido de las vías respiratorias y pulmones para analizarlas.

¿Cómo se trata la fibrosis quística?

No existe cura para la fibrosis quística. El tratamiento puede ayudar a evitar las infecciones respiratorias o intestinales. También podría ayudarle a absorber los nutrientes.

Medicamentos

- **Antibióticos** para ayudar a combatir o evitar que contraiga una infección causada por una bacteria.
- **Medicamentos para diluir la mucosidad** deben ser inhalados para ayudar a diluir la mucosidad en los pulmones.
- **Los medicamentos antiinflamatorios** no esteroideos ayudan a reducir la inflamación y el dolor. Este medicamento se puede comprar con o sin receta médica.
- **Los esteroides** ayudan a reducir la inflamación.
- **Los broncodilatadores** ayudan a abrir los pasajes de aire de los pulmones.

- **Las enzimas pancreáticas** ayudan al sistema digestivo a digerir los alimentos y absorber los nutrientes adecuadamente.
- **Oxígeno**, si el nivel de oxígeno en la sangre es más bajo de lo que debería.
- **Cirugía**, si los órganos, como el hígado o los pulmones, están gravemente dañados.

¿Qué hacer para respirar con mayor facilidad?

- Técnicas de limpieza de las vías respiratorias son ejercicios para ayudar a eliminar la mucosidad, para respirar con mayor facilidad. Su médico le enseñará a hacer los ejercicios.
- Mantener la cabeza elevada al dormir esto ayudará a mantener las vías aéreas abiertas.
- Humidificador de vapor frío para que el aire del ambiente del hogar sea más húmedo. Esto podría ayudar a respirar y expectorar la mucosidad.
- No fume. Si fuma, nunca es demasiado tarde para dejar de hacerlo. La tos y respiración podrían empeorar al fumar.

¿Cómo mantenerse saludable?

- Recibiendo las vacunas recomendadas.
- Evitando la propagación de gérmenes. Cubriendo la boca al toser. Lavado las manos frecuentemente con agua y jabón.
- Consumo una variedad de alimentos saludables. Las frutas, verduras, panes integrales, productos lácteos bajos en grasa,



carnes magras y pescado son algunos alimentos saludables. Consulte con el médico si debe seguir una dieta especial.

- Actividad física puede ayudar a desprender las secreciones de las vías respiratorias y los pulmones permitiendo respirar con mayor facilidad.

¿Cuándo comunicarse con el médico?

- Si presenta fiebre, escalofríos
- Si se siente débil o dolorido
- Si tiene dificultad para dormir
- Si orina menos, tiene la boca seca, los labios agrietados

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras el tratamiento médico, por favor visite su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

Referencias: Fibrosis quística. Recuperado de: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/cystic-fibrosis/symptoms-causes/syc-20353700>, 2021/11/03

Preparado por Educadores en Salud licenciados. Realizado en enero de 2022. ©First Medical Health Plan, Inc.