



SÍNTOMAS DE LA EPOC

El síntoma más común de la EPOC (Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica) es **la falta de aire**. Mientras que es normal sentir falta de aire después de realizar ejercicio físico, ciertas actividades diarias, tales como vestirse o subir unos pocos escalones, pueden conseguir que alguien que padece de EPOC sienta una severa falta de aire. Algunas veces, la gente con EPOC limita, consciente o inconscientemente, sus actividades en un intento de evitar sentirse sin aire.

Otros síntomas de la EPOC son:

- **Tos frecuente.** Todos tosemos de vez en cuando, pero una tos permanente puede ser un síntoma de bronquitis crónica y EPOC. De hecho, una tos que dura al menos 3 meses al año durante 2 años consecutivos, es el principal síntoma de la bronquitis crónica.
- **Tos con mucosidad (flema).** Es normal toser con mucus de vez en cuando, pero una tos que genera mucosidad con regularidad puede ser un síntoma de EPOC.
- **Inhabilidad para mantener los niveles de actividad debido al cansancio o a la falta de aire.** La gente con EPOC puede volverse menos activa con el tiempo. Podrán notar que necesitan descansar más a menudo de lo que solían hacerlo, o que hacen menos cosas durante el día, debido a la necesidad de moverse lentamente y descansar.
- **Labios y puntas de los dedos azules.** Un matiz azulado en los labios o en la zona de las yemas de los dedos indica falta de oxígeno en la sangre y puede ser un síntoma de EPOC.
- **Resfríos e infecciones de nariz y garganta frecuentes.** La bronquitis crónica (una de las enfermedades responsables de la EPOC) causa un exceso de producción de mucosidad en las vías respiratorias. Este exceso hace que el cuerpo sea más propenso a infecciones en las vías respiratorias superiores y a desarrollar EPOC.