

TENGO DIFICULTAD PARA RESPIRAR. ¿NECESITO OXÍGENO DE MANERA CONTINUA?



Si tienes dificultad para respirar, pero no cumples los criterios de insuficiencia respiratoria, la oxigenoterapia continua domiciliaria de más de 15 horas diarias no te aportará beneficios.

¿Qué son la disnea y la insuficiencia respiratoria?

La disnea es la sensación subjetiva de falta de aire o de dificultad para respirar. Es el síntoma más común en enfermedades respiratorias, a pesar de que también se puede dar en otras enfermedades. Para mejorar esta situación, hay que identificar la causa y tratarla.

A veces, se aplican técnicas para mejorar la salud de los pulmones, como el ejercicio aeróbico (andar, bicicleta o natación, entre otros), o para relajar la mente, como la meditación o las respiraciones diafragmáticas. En otros, en cambio, hay que tomar algún medicamento.

Aun así, la insuficiencia respiratoria va un paso más allá. Además de la dificultad respiratoria, el intercambio de gases no se realiza de manera adecuada en el cuerpo, por lo que la sangre no tiene suficiente oxígeno o bien tiene demasiado dióxido de carbono. En este caso, sí que es necesaria la oxigenoterapia.



¿Por qué no se recomienda la oxigenoterapia continua domiciliaria (>15 h) cuando no hay criterios de insuficiencia respiratoria?

Se ha comprobado que la oxigenoterapia continua domiciliaria de más de 15 horas puede alargar la vida a los pacientes con insuficiencia respiratoria, mejorar su tolerancia al ejercicio y prevenir un empeoramiento del estado de salud en general. Ahora bien, en personas que no cumplen estos criterios, se ha observado que no mejora su estado de salud, no se mitiga la dificultad de respirar y tampoco mejora la calidad de vida.

Asimismo, se sabe que el tratamiento con oxígeno puede tener riesgos para el paciente, como por ejemplo la hipercapnia (acumulación excesiva de dióxido de carbono en la sangre). Por otro lado, el tratamiento con oxígeno es caro, y tiene una implicación emocional elevada, por el hecho de que necesita muchos cuidados. Por eso, solo se tiene que prescribir en casos en que, realmente, sea beneficioso para el paciente y mejore la respiración.

Información complementaria

- Essencial identifica prácticas clínicas de poco valor y elabora recomendaciones para evitar su realización.
- Esta recomendación se fundamenta en la evidencia científica y se ha elaborado con el apoyo de la Societat Catalana de Pneumologia (SOCAP) y el Consell Consultiu de Pacients de Catalunya.
- Para más información, visita el web Essencial (<http://essencialsalut.gencat.cat>) o llama al 061 CatSalut Respon.

Esta ficha es una recomendación dirigida a la ciudadanía para ayudar a comprender las decisiones que se toman en la atención sanitaria. No es de cumplimiento obligado ni sustituye el juicio clínico del personal sanitario encada caso particular.