

19 de noviembre

Día Mundial de la EPOC



“LA EPOC: PREVENIR HOY, RESPIRAR”

Con motivo del Día Mundial de la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), el Grupo de Trabajo de Respiratorio de SEMERGEN hace un llamamiento a la concienciación ciudadana, la detección precoz y la necesidad urgente de un abordaje integral y personalizado de esta patología respiratoria crónica que afecta ya a más del 10% de los adultos mayores de 40 años en España, y que sigue infradiagnosticada en más del 70% de los casos.

La EPOC no es solo “la enfermedad del fumador”. Según las actualizaciones de GesEPOC 2025 y GOLD 2025, la EPOC es una afección heterogénea causada por múltiples factores de riesgo, incluyendo exposición a biomasa, contaminación ambiental, antecedentes de bajo peso al nacer o prematuridad, y no únicamente el tabaco. La enfermedad compromete progresivamente la capacidad pulmonar y deteriora la calidad de vida del paciente de forma silenciosa y a menudo irreversible.

¿Qué sabemos hoy de la EPOC?

- Se estima que más de 2 millones de personas tienen EPOC en España, pero muchas de ellas aún lo desconocen.
- El diagnóstico requiere una espirometría postbroncodilatadora, accesible desde Atención Primaria.
- Las comorbilidades cardiovasculares, metabólicas, psiquiátricas, están presentes en más del 50% de los casos y condicionan el pronóstico más que el grado de obstrucción.
- La EPOC se puede controlar. Existen tratamientos inhalados eficaces, terapias no farmacológicas (rehabilitación respiratoria, nutrición, ejercicio) y estrategias personalizadas según los llamados “rasgos tratables”.

Atención Primaria: pilar clave

Desde SEMERGEN, insistimos en el papel protagonista del médico de familia en la detección precoz y seguimiento integral de estos pacientes. Es en consulta donde puede identificarse al paciente disneico, fumador o expuesto a biomasa, y solicitar la espirometría diagnóstica. La estratificación del riesgo clínico y funcional, el abordaje de las comorbilidades y la educación sanitaria son esenciales para evitar ingresos hospitalarios, mejorar el pronóstico y reducir costes.

Compromiso y acción de nuestra sociedad

La EPOC no debe seguir siendo invisible. Es imprescindible integrar campañas de cribado poblacional dirigidas, mejorar el acceso a pruebas funcionales respiratorias, garantizar el uso correcto de dispositivos inhaladores y fomentar la rehabilitación pulmonar como parte del tratamiento estructural.

19 de noviembre

Día Mundial de la EPOC



“LA EPOC: PREVENIR HOY, RESPIRAR”

Mensajes clave para la ciudadanía

1. “No es solo el tabaco”: La EPOC también afecta a personas expuestas a humo de leña o contaminación desde la infancia.
2. “Tos, disnea y fatiga no son parte del envejecimiento normal”: Consulta a tu médico. Una espirometría puede mejorar tu vida futura.
3. “La EPOC se puede controlar”: Con un diagnóstico precoz y tratamiento adecuado, puedes respirar mejor y vivir más.
4. “El corazón también sufre con la EPOC”: Las enfermedades cardiovasculares, ansiedad o diabetes son frecuentes.
5. “Cuida tu técnica inhaladora”: Más del 50% de los pacientes no utilizan bien su medicación y sus dispositivos.
6. “Muévete, aliméntate bien, deja de fumar”: La EPOC exige cambios reales en tu estilo de vida.
7. “La Atención Primaria te cuida”: Es tu primer recurso para un diagnóstico a tiempo.
8. “Invertir en prevención”: La salud respiratoria debe ser prioridad en las políticas públicas.



Dr. Luis Richard Rodríguez

Centro de Salud Puerto Santa María Sur. Cádiz.

Miembro del Grupo de Trabajo de Respiratorio de SEMERGEN.

19 de noviembre

Día Mundial de la EPOC



“LA EPOC: PREVENIR HOY, RESPIRAR”

Bibliografía:

- Soriano JB, Alfageme I, Almagro P, Casanova C, Esteban C, Soler-Cataluña JJ, et al. Prevalencia y determinantes de la EPOC en España: EPISCAN II. Arch Bronconeumol. 2020;56(10):627-37.
- Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease. Global Strategy for the Diagnosis, Management, and Prevention of Chronic Obstructive Pulmonary Disease – 2025 Report. Fontana, WI: GOLD; 2024 [citado 19 nov 2025]. Disponible en: <https://goldcopd.org/2025-gold-report/>
- Miravittles M, Calle M, Molina J, Almagro P, Gómez J-T, Trigueros JA, et al. Actualización 2021 de la Guía Española de la EPOC (GesEPOC). Tratamiento farmacológico de la EPOC estable. Arch Bronconeumol. 2022;58(1):69-81.