

**Com tenir una
bona salut
pulmonar**

Quines són les principals malalties pulmonars?

Infeccions: pneumònia, tuberculosi, grip, COVID-19...

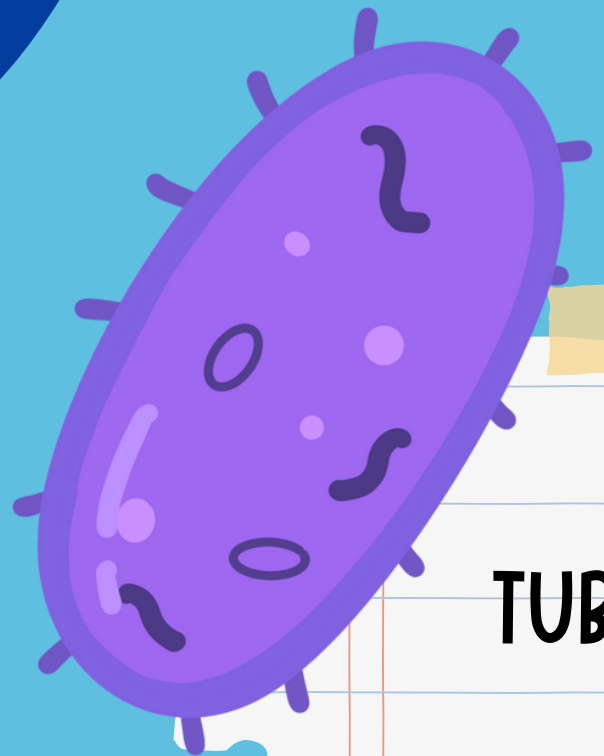
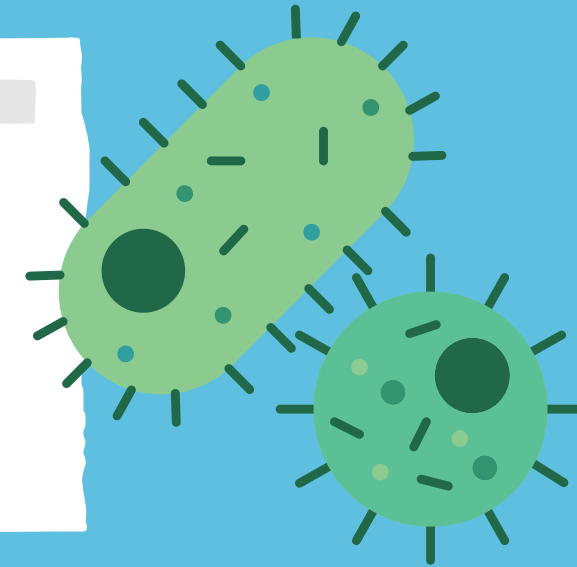
Càncer de pulmó

Malalties respiratòries cròniques: malaltia pulmonar obstructiva crònica (MPOC), asma...

545M de persones tenen malalties respiratòries cròniques en el món (dades de 2017).

Cada any moren 3.9 M de persones per malalties respiratòries cròniques en el món

Malalties infeccioses



TUBERCULOSI

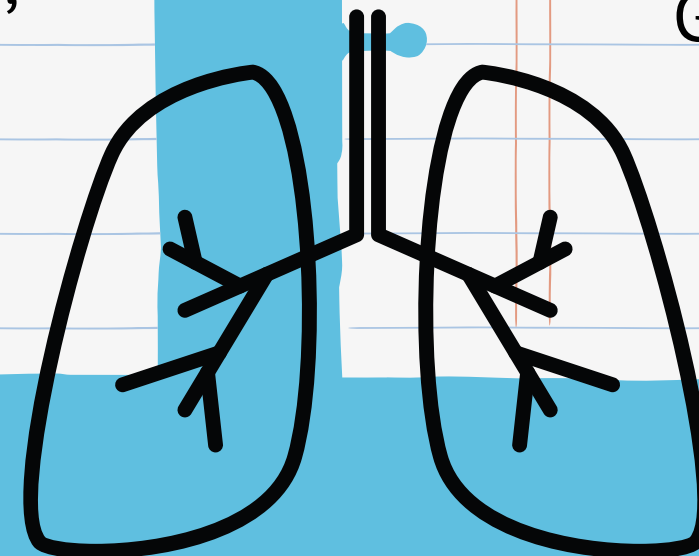
Malaltia
bacteriana
causada pel
*Mycobacterium
tuberculosis*

PNEUMÒNIA

Infecció en un o
més pulmons
causada per virus,
bacteris o fongs

ALTRES INFECCIONS DEL TRACTE RESPIRATORI

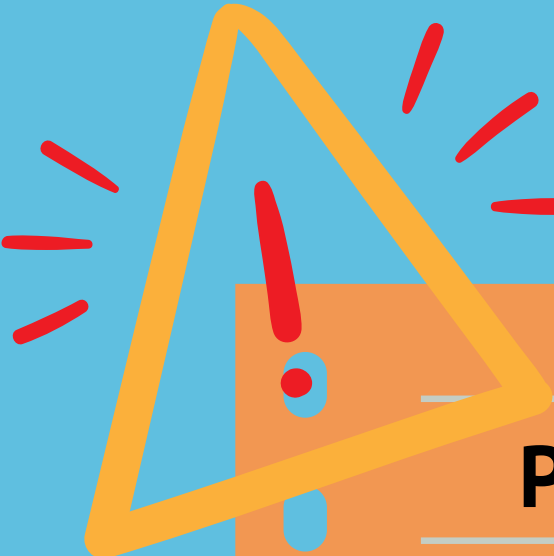
Grip, COVID-19,
altres
infeccions,...



Càncer de pulmó



**Càncer que es
forma als teixits del
pulmó,
fonamentalment a
les cèl·lules que
recobreixen els
conductes d'aire**



**Principal causa de mort per
càncer en homes a Espanya.**

Malalties respiratòries cròniques



ASMA

Malaltia que provoca que els pulmons s'inflen i s'estrenyin i fa que sigui difícil respirar. Pot ser causada per al·lèrgies o altres motius



MALATIA PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÒNICA (MPOC)

Obstrucció del flux d'aire als pulmons que pot fer difícil respirar.



ALTRES MALALTIES CRÒNIQUES

Silicosi,
Asbestosi...



**Danger
Asbestos**

Què és la MPOC (Malaltia Pulmonar Obstructiva Crònica)?



La MPOC és una alteració que comporta una obstrucció o dificultat persistent a la circulació normal d'aire en l'arbre respiratori.

Es produeix perquè s'inflamen els bronquis i es destrueixen els envans dels alvèols, la qual cosa dificulta respirar adequadament i provoca ofec en fer les activitats de la vida diària.

Segons l'OMS, actualment la MPOC esdevé la tercera causa de mort arreu del món.

Síntomes de la MPOC



- Manca d'aire/ofec sobretot durant l'activitat física i al realitzar activitats de la vida diària.
- Tos crònica amb mucositat
- Sons i opressió al pit.
- Manca d'energia, pèrdua de pes i problemes de circulació.

Diagnòstic de la MPOC



- És una malaltia freqüent, prevenible i tractable.
- Exploració física i Història Clínica
- Espirometria
- Deficit d'alfa-1-antitripsina: factors genètics

Diagnòstic de la MPOC



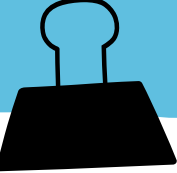
- Es una malaltia freqüent, prevenible i tractable.
- Exploració física i Història Clínica
 - Identifica factors de risc, símptomes compatibles i comorbiditats
- Espirometria
 - Confirma el diagnòstic de la MPOC

**Què és una
espirometria?** ??



**Una espirometria és
una prova que
mesura el flux
d'aire que exhala
un pacient i la
velocitat a què ho
fa**





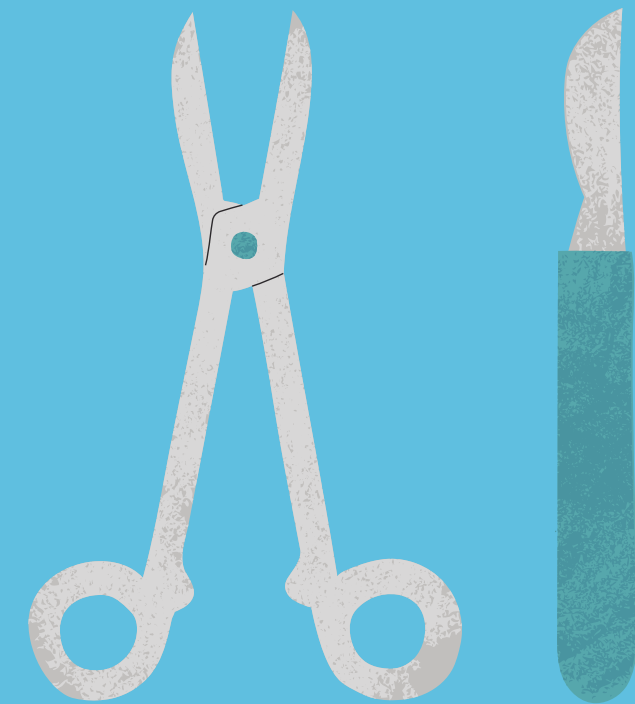
Tractament de la MPOC



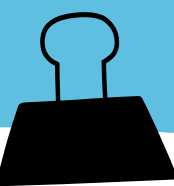
**Tractament
farmacològic:
broncodilatadors,
corticoides...**



**Oxigenoteràpia i
rehabilitació
respiratòria**



**Cirurgia,
transplantament**



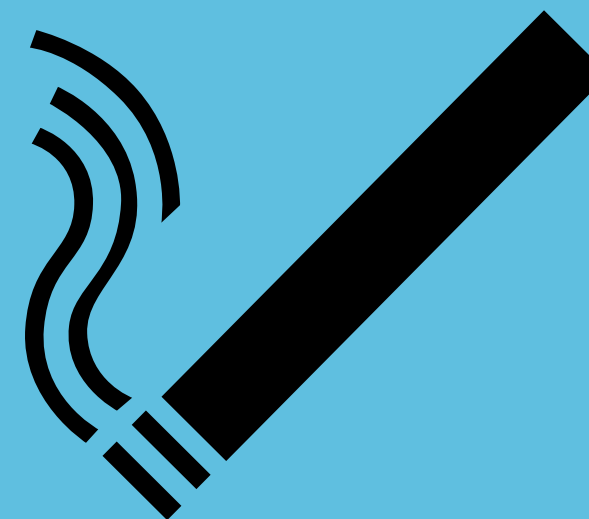
Tractament de la MPOC



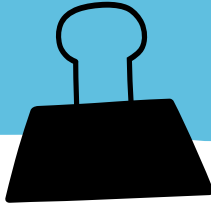
**Vacunes: grip,
COVID-19...**



**Tractament
d'infeccions**



**Hàbits de vida
saludable**

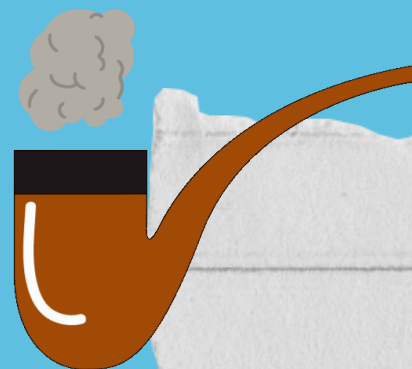


PREVENCIÓ

**Millor
prevenir que
tractar!!!**

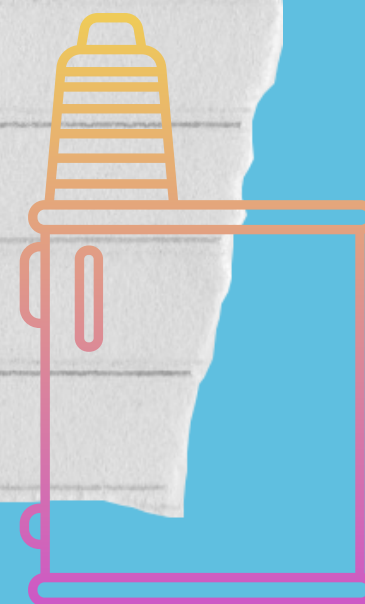


Factors de risc



Tabac:

Els fumadors tenen una probabilitat molt més alta de desenvolupar MPOC. Però també pipa, pur, pipes d'aigua, vapejar o la marihuana



Un 40-50% de les persones fumadores desenvoluparan MPOC front el 10% de les persones no fumadores!





**Factors de
risc**



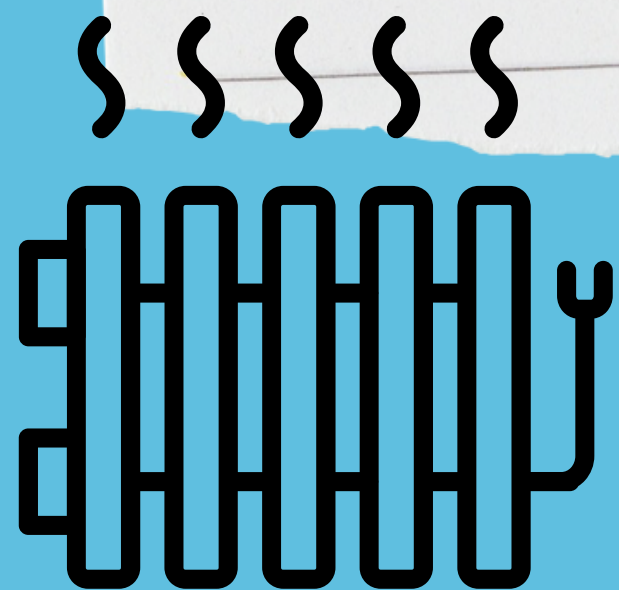
**Riscos
profesionals:
químics, pols,
fusta, mineria,
agricultura**



**Factors de
risc**



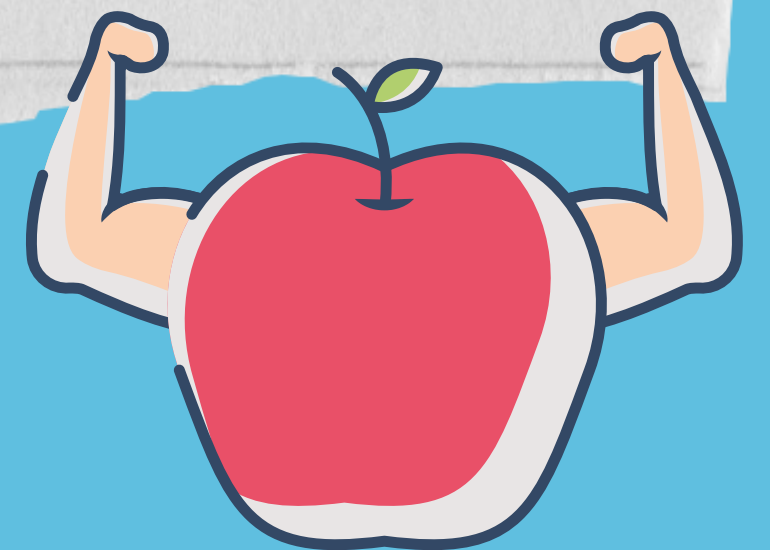
**Contaminació
atmosfèrica,
tant domèstica
com externa**





**Factors de
risc**

**Nivell socioeconòmic i
estil de vida: nutrició i
activitat física,
activitat laboral, accés
a parcs i jardins...**



**Factors de
risc**



**Factors a la infància:
Mares fumadores,
asma a la infància,
exposició a la
contaminació a la
infància...**



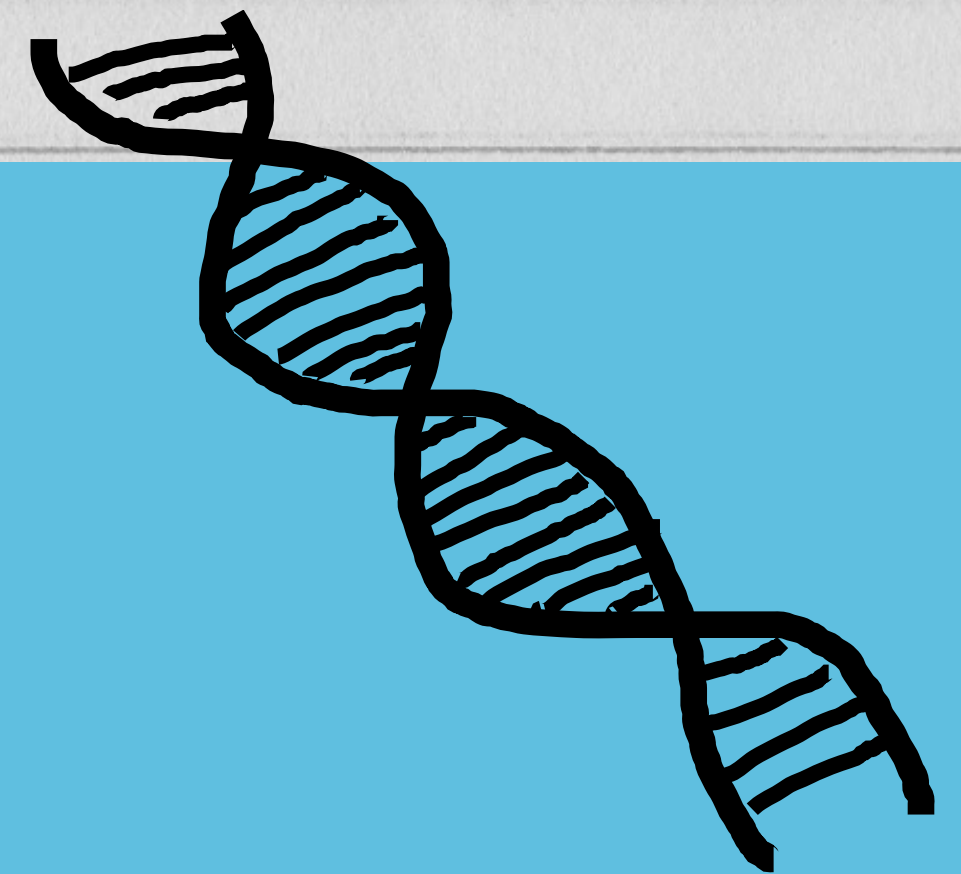
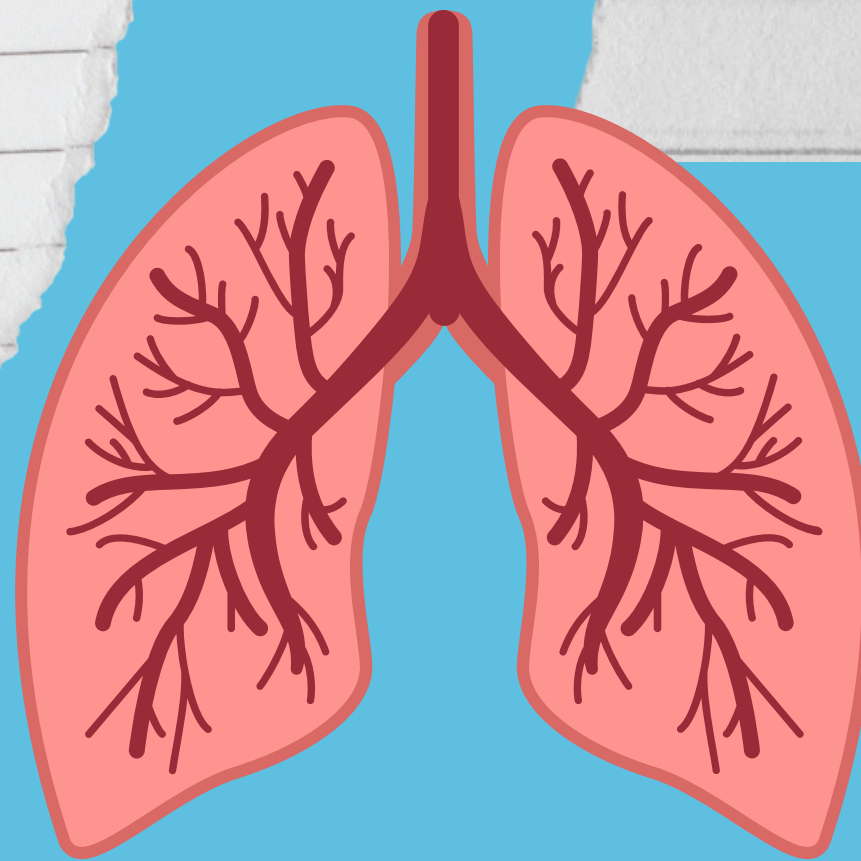
**SICK OF
POLLUTION**



**Factors de
risc**

Factors genètics:

**Deficiència hereditària
en alfa-1-antitripsina**



És important...

4

Poder respirar un aire net,
sense contaminació....



3

Realitzar activitat física (a ser
possible prop de la natura)

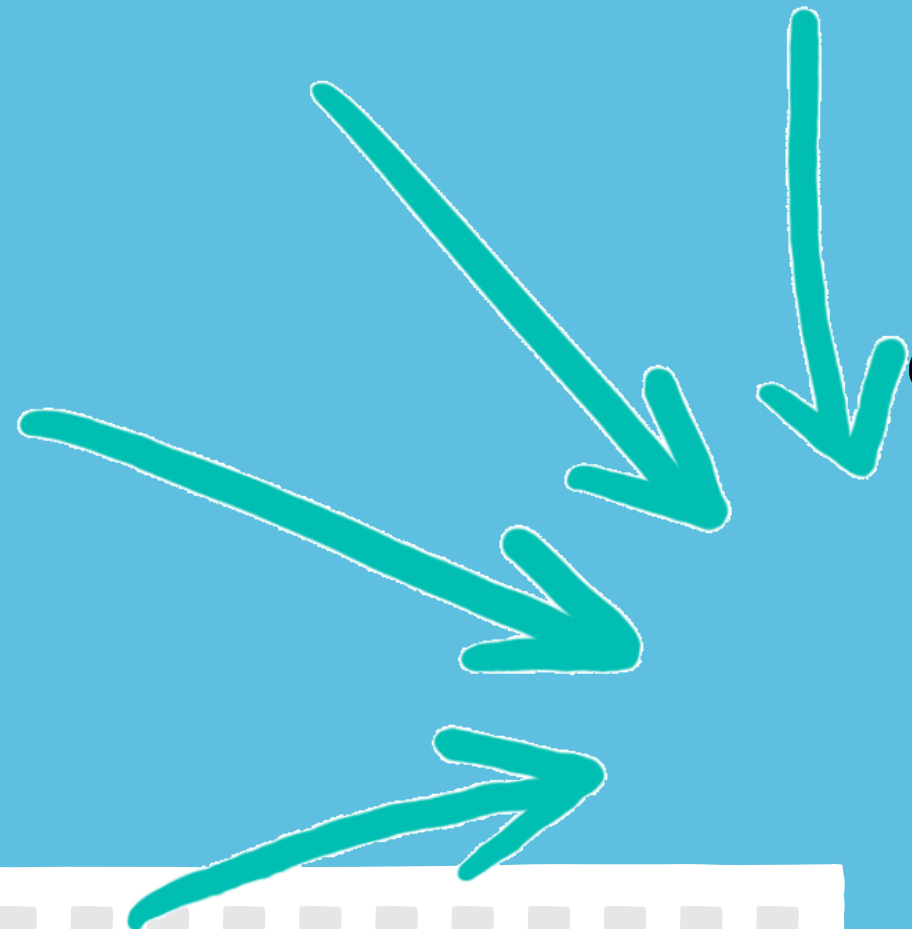
2

No fumar...



1

Tenir hàbits de vida
saludables...





Bibliografia

Vogelmeier, C. F., Criner, G. J., Martínez, F. J., Anzueto, A., Barnes, P. J., Bourbeau, J., ... & Agustí, A. (2017). Informe 2017 de la iniciativa global para el diagnóstico, tratamiento y prevención de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica: Resumen ejecutivo de gold. Archivos de bronconeumologia, 53(3), 128-149.

Agusti, A., & Faner, R. (2019). Lung function trajectories in health and disease. The Lancet Respiratory Medicine, 7(4), 358-364.

Labaki, W. W., & Han, M. K. (2020). Chronic respiratory diseases: a global view. The Lancet Respiratory Medicine, 8(6), 531-533.

Gibson, G. J., Loddenkemper, R., Lundbäck, B., & Sibille, Y. (2013). Respiratory health and disease in Europe: the new European Lung White Book. European Respiratory Journal, 42(3), 559-563.