

EL AUMENTO DE DÍAS CONSECUTIVOS DE FRÍO INTENSO ELEVA EL RIESGO EN PACIENTES CON ENFERMEDADES RESPIRATORIAS CRÓNICAS

- **Neumólogo afirma que no interrumpir la medicación y actualizar las vacunas son claves para protegerse frente a los virus en período invernal y con temperaturas tan bajas**

El aumento de los días fríos seguidos en el comienzo de este invierno, que está registrado destacadas bajadas en las temperaturas, conlleva, para las personas con patologías respiratorias crónicas, un desafío añadido. El jefe del servicio de Neumología del Hospital Quirónsalud Córdoba, el doctor Luis Manuel Entrenas, ha advertido que el período invernal reúne dos factores que incrementan de forma notable el riesgo de complicaciones, las bajas temperaturas prolongadas durante días, que favorecen la actividad de los virus respiratorios, y el aumento de actividades en espacios cerrados, donde crece la probabilidad de contagio.

El especialista ha subrayado la importancia de extremar las precauciones para evitar descompensaciones que pueden condicionar la calidad de vida y, en ocasiones, requerir atención sanitaria urgente. En este contexto, ha insistido en mantener los hábitos de prevención durante todo el invierno.



Entre las recomendaciones principales ha destacado la continuidad del tratamiento habitual, especialmente los inhaladores, que representan la base del control tanto en el asma como en la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC). Abandonarlos, incluso por unos días, puede desencadenar empeoramientos evitables.

El doctor Entrenas ha recordado, además, la necesidad de estar al día con las vacunaciones. La inmunización frente a la gripe, la Covid-19 y el neumococo continúa siendo la herramienta más eficaz para reducir la incidencia y gravedad de las infecciones respiratorias. Se suma también la vacuna frente al virus respiratorio sincitial en adultos, una medida especialmente relevante para este grupo de pacientes. El especialista ha señalado que la protección debe extenderse igualmente a cuidadores y convivientes.

Es importante, según el especialista, evitar la exposición prolongada al aire frío, capaz de desencadenar hiper respuesta bronquial y aumentar los síntomas. En estos días tan fríos, resulta igualmente aconsejable minimizar el contacto con personas con infecciones respiratorias, sobre todo en encuentros en interiores. Los espacios amplios y con baja densidad de asistentes ofrecen mayores garantías de seguridad.

Por último, el doctor Entrenas ha animado a los pacientes a consultar de forma temprana ante cualquier signo de empeoramiento. Una valoración médica precoz puede evitar complicaciones y contribuir a un manejo más eficaz de los síntomas. Asimismo, ha insistido en que es fundamental la prevención y el acompañamiento para las personas que conviven con enfermedades respiratorias, especialmente en momentos del año donde los riesgos se intensifican.