



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Dificultad para respirar (disnea)

Esta información explica cómo aliviar la dificultad para respirar.

En ocasiones, es posible que le cueste trabajo respirar y sienta que le falta el aire. Esto se llama dificultad para respirar, o disnea. La dificultad para respirar puede ser causada por lo siguiente:

- Daño pulmonar debido al cáncer o a los tratamientos para el cáncer.
- Coágulos de sangre en los pulmones (embolia pulmonar).
- Líquido alrededor del corazón o los pulmones.
- Infección en los pulmones (neumonía).
- Asma o enfisema.
- Daño cardíaco (insuficiencia cardíaca congestiva).
- Anemia (baja cantidad de glóbulos rojos en el cuerpo).

La dificultad para respirar puede ser temporal o permanente, según la causa.

Alivio de la dificultad para respirar

La mejor forma de aliviar la dificultad para respirar es tratar la causa. Pero, quizás esto no sea siempre posible. Su proveedor de cuidados de la salud colaborará con usted para determinar la mejor forma de mejorar la respiración. A continuación, se enumeran formas de ayudar a aliviar los síntomas.

Sugerencias generales

- Trate de usar un pequeño ventilador de mano para soplar aire a la cara si comienza a sentir que le falta el aire. Esta es una forma inmediata de aliviar la dificultad para respirar.

- En sus actividades cotidianas, solo haga las actividades que pueda sin llegar a estar incómodo. Si siente que le falta el aire, pare y descanse hasta que la respiración vuelva a como estaba antes de comenzar. Luego, comience la actividad nuevamente, si puede.

Oxígeno

Cada célula en el cuerpo necesita oxígeno. Si tiene muy poco oxígeno en la sangre, puede sentir falta de aire. Su proveedor de cuidados de la salud puede medir la cantidad de oxígeno en la sangre con un pequeño dispositivo que se coloca en el dedo llamado oxímetro. Para obtener más información, lea *Cómo utilizar su oxímetro de pulso iHealth®* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-use-your-ihealth-pulse-oximeter)

Si la sangre no tiene suficiente oxígeno, inhalar más oxígeno puede ayudarle a sentirse mejor. Puede obtener oxígeno adicional con un concentrador. Un concentrador es una pequeña máquina que toma el oxígeno del aire y se lo da usted a través de una sonda delgada y flexible que se encuentra debajo de su nariz. Su proveedor de cuidados de la salud puede determinar si le beneficiará recibir más oxígeno y ayudarle a pedir un concentrador.

Medicamentos

Su proveedor de cuidados de la salud también le puede recetar medicamentos para su dificultad para respirar, según la causa. Puede tomar estos medicamentos al inhalarlos, por vía oral (por la boca) o por vía intravenosa (a través de las venas).

- Si tiene asma, enfisema o bronquitis crónica, su proveedor de cuidados de la salud le puede recetar un nebulizador o un inhalador. Estos son 2 dispositivos que proporcionan medicamentos en forma de vapor fino que usted inhala. Su enfermero le enseñará cómo utilizar el nebulizador o inhalador.
- Si tiene un coágulo en el pulmón, su proveedor de cuidados de la salud le puede recetar medicamentos para diluir la sangre (un anticoagulante). Este medicamento puede ser una píldora o una inyección. Su proveedor de cuidados de la salud le pedirá análisis de sangre y le explicará las

precauciones que debe tener cuando tome estos medicamentos.

- Si tiene neumonía, su proveedor de cuidados de la salud le puede recetar antibióticos para tratarla.
- Si tiene demasiado líquido alrededor del corazón o en los pulmones, su proveedor de cuidados de la salud le puede recetar medicamentos como diuréticos o inyecciones de diuréticos para deshacerse del líquido.
- La neumonitis es una inflamación de los pulmones relacionada con el tratamiento. Es otra causa de la disnea y su proveedor de cuidados de la salud le puede recetar corticosteroides, como prednisona (Deltasone®) o methylprednisolone (Medrol®)

Otros medicamentos que pueden ayudarle a mejorar la respiración incluyen:

- Analgésicos de acción corta, como los opiáceos de liberación inmediata (morphine sulfate)

Su proveedor de cuidados de la salud hablará con usted sobre los medicamentos que sean más adecuados en su caso.

Otras formas de mejorar la respiración

Ejercicios de respiración

Los ejercicios de respiración también pueden ayudarle con la disnea. Para obtener más información, lea *Ejercicios de respiración*

(www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/breathing-exercises).

Cómo hacer frente a la ansiedad

La dificultad para respirar puede dar miedo. Algunas personas dicen que comienzan a sentirse ansiosos cuando les falta el aliento. Pero, la ansiedad puede hacer que la respiración se vuelva aún más difícil.

Los ejercicios de respiración le pueden ayudar a relajarse. Sin embargo, tal vez desee aprender otras formas de hacerle frente a la ansiedad. Hable con su proveedor de cuidados de la salud si siente ansiedad. Para ayudarle, le puede recetar medicamentos contra la ansiedad, como alprazolam (Xanax®) o

lorazepam (Ativan®).

Llame al proveedor de cuidados de la salud si tiene:

- Dificultad para respirar que no se alivia con lo siguiente:
 - Uso de oxígeno adicional
 - Medicamentos para respirar
 - Ejercicios de respiración

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Shortness of Breath (Dyspnea) - Last updated on December 13, 2024

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center