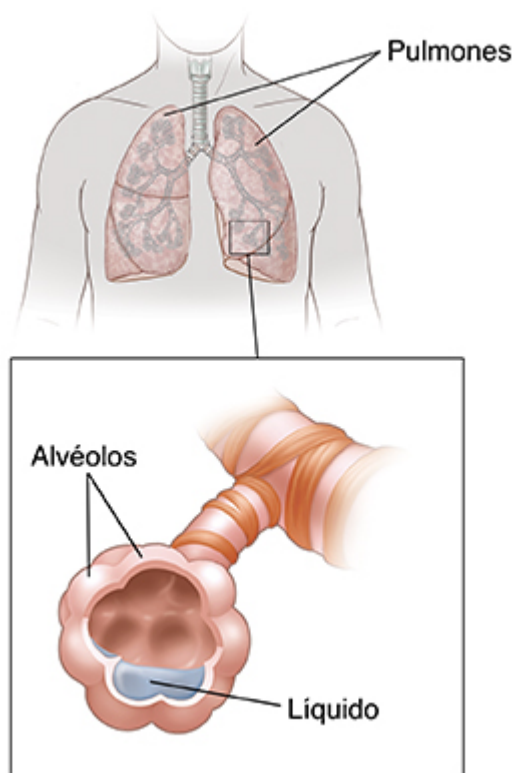


# Síndrome de dificultad respiratoria aguda (ARDS)

El síndrome de dificultad respiratoria aguda (ARDS, por sus siglas en inglés) es una afección pulmonar grave. Lo más frecuente es que aparezca unos días después de una lesión o de una enfermedad grave. La mayoría de las personas que presentan ARDS ya se encuentran bajo atención hospitalaria. Este síndrome inflama los pulmones y llena de líquido los pequeños sacos de aire de los pulmones (alvéolos). Por lo tanto, los pulmones no pueden funcionar lo suficientemente bien como para llevar oxígeno al cuerpo. Esta afección puede ser difícil de tratar y puede derivar en problemas de salud graves y la muerte.



## ¿Cuáles son las causas del ARDS?

Los especialistas todavía no entienden por qué el ARDS se presenta en algunas personas y no en otras. Puede aparecer después de una enfermedad o lesión como, por ejemplo:

- Inflamación grave del cuerpo (sepsis)
- Entrada de contenido del estómago en los pulmones (aspiración)
- Entrada de agua en los pulmones cuando una persona casi se ahoga
- Infección pulmonar, como neumonía
- Lesión en el pecho que magulla los pulmones
- Inhalación de humo u otros gases

- Sangrado o quemaduras graves
- Reacción grave a un medicamento, por ejemplo, de quimioterapia
- Inflamación del páncreas (pancreatitis)
- Otra lesión grave

Ciertos factores pueden aumentar su riesgo de tener síndrome de dificultad respiratoria aguda. Pueden incluir los siguientes:

- Cirugía reciente de alto riesgo, como una operación cardíaca o abdominal
- Transfusión de mucha sangre
- Tabaquismo (fumar)
- Antecedentes de consumo excesivo de alcohol
- Obesidad

## Síntomas del ARDS

Los síntomas suelen comenzar entre 48 y 72 horas después de la lesión o la enfermedad original. Empeoran con rapidez. Entre ellos se encuentran los siguientes:

- Falta de aliento
- Respiración acelerada
- Tos
- Fiebre
- Frecuencia cardíaca acelerada
- Dolor de pecho al inhalar
- Coloración azul en las uñas y los labios

## ¿Cómo se diagnostica el ARDS?

Su proveedor de atención médica le hará preguntas sobre sus antecedentes médicos y le hará una exploración física. También le auscultará los pulmones usando un estetoscopio mientras usted respira. Un sonido de crujido puede significar que tiene líquido en los pulmones. Es posible que le hagan estudios para detectar signos del ARDS o de otras afecciones que pueden causar la acumulación de líquido en los pulmones. Algunas de estas pruebas son las siguientes:

- **Análisis de sangre.** Se realizan para medir el nivel de oxígeno en la sangre y buscar signos de infección.
- **Radiografía de tórax.** Permite observar si hay líquido en los pulmones.
- **Ecocardiografía.** En este estudio de imágenes se observa el corazón mientras late. Se hace para buscar indicios de insuficiencia cardíaca.

- **Cultivo de esputo.** Se toma una muestra de mucosidad de sus pulmones para hacerlo. Se utiliza para detectar signos de infección pulmonar, por ejemplo bacterias.
- **Biopsia de pulmón.** Este procedimiento se hace muy pocas veces durante el examen de diagnóstico de las personas que pueden tener síndrome de dificultad respiratoria aguda.

## Tratamiento del ARDS

El tratamiento más común para el ARDS es el uso de un respirador. Significa que estará conectado a una máquina que enviará aire rico en oxígeno a sus pulmones. Se le colocará un tubo en la boca y la garganta que bajará hasta entrar en los pulmones. El tubo se conectará a un respirador que le hace llegar aire. Se puede regular para dar la cantidad de aire que usted necesite. Es probable que tenga que usar un respirador por una semana o más tiempo.

Probablemente también le darán un medicamento para mantenerlo relajado (sedado) y aliviarle el dolor mientras tiene el tubo en la garganta. Esto es necesario porque el tubo es incómodo y usted no podrá moverse demasiado mientras lo tenga colocado. En algunos casos, se coloca un tubo a través de un corte (incisión) pequeño en el frente de la garganta. A esto se le llama traqueotomía. Es posible que esta opción sea más cómoda y le permita estar menos sedado mientras tenga conectado el respirador. Esto generalmente se hace después de estar varios días con el tubo de respiración colocado en la garganta.

También recibirá otros tipos de tratamiento que pueden incluir lo siguiente:

- Nutrición líquida por medio de una sonda que llega al estómago
- Nutrición líquida por medio de un catéter colocado en una vena de su pecho o de uno de sus brazos
- Antibióticos para tratar una infección
- Diuréticos para ayudar a eliminar el líquido adicional que hay en su organismo
- Medicamentos para prevenir la formación de coágulos o el sangrado en el estómago

Debido a que el síndrome de dificultad respiratoria aguda es una afección que puede poner en riesgo la vida, es posible que deba hacerse otros estudios y tomar decisiones sobre su atención en un período corto de tiempo. Su equipo de atención médica los mantendrá informados a usted y a su familia sobre su afección. Les avisarán sobre los tratamientos que se le están haciendo o que se están considerando. Pueden responder sus preguntas y atender sus preocupaciones.

Cuando comience a recuperarse, se le irá retirando lentamente el respirador. Esto significa que se usará menos aire y que los pulmones trabajarán más. Esto se hará con cuidado a lo largo de días. El tubo de respiración se quitará cuando sus pulmones estén funcionando lo suficientemente bien.

## Posibles complicaciones del ARDS

El síndrome de dificultad respiratoria aguda puede provocar la formación de tejido cicatricial en los pulmones (fibrosis). Puede causar insuficiencia orgánica debida a la falta de oxígeno a los órganos. También puede causar la muerte.

---

# La vida después del ARDS

La recuperación del ARDS puede ser larga. Después de experimentar el síndrome de dificultad respiratoria aguda, usted puede tener problemas como una disminución de la función pulmonar. Es posible se sienta débil y se canse con más facilidad. Puede necesitar administrarse oxígeno en casa. También puede necesitar recibir otros servicios en su casa, como fisioterapia y terapia ocupacional. Es posible que tenga depresión y ansiedad, o problemas para pensar y recordar. El síndrome de dificultad respiratoria aguda puede causar estrés emocional tanto al paciente como a su familia. Hable con el equipo de atención médica sobre el tratamiento para la depresión y la ansiedad. Pregunte también sobre asesoría psicológica y grupos de apoyo para usted y su familia relacionados con el síndrome de dificultad respiratoria aguda. Debe programar citas de control con un proveedor de atención médica que tenga experiencia con el síndrome de dificultad respiratoria aguda.

## Cuándo llamar al 911

Llame al 911 de inmediato si tiene alguno de estos síntomas después de una enfermedad o lesión:

- Falta de aliento
- Respiración acelerada
- Frecuencia cardíaca acelerada
- Dolor en el pecho
- Color azulado, violeta o gris en las uñas y los labios
- Incapacidad para hablar
- Sensación de desvanecimiento o mareos
- Tos o según le indique su proveedor de atención médica
- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o más alta, o según le indique el proveedor de atención médica
- Escalofríos o según le indique su proveedor de atención médica