



¿Qué es la fibrosis pulmonar?

Walgreens
Specialty Pharmacy

Tabla de contenido

Lo que necesita saber acerca de la fibrosis pulmonar	1
Introducción	1
Causas y factores de riesgo	2
Diagnóstico.....	2
Síntomas	3
Complicaciones	3
Vivir con fibrosis pulmonar.....	4
Medicamentos.....	4
Terapia de oxígeno	5
Rehabilitación pulmonar	5
Cambios en el estilo de vida.....	6
Trasplante de pulmón	8
Cuidado continuo.....	8
Referencias.....	10
Recursos	11

Esta publicación es únicamente para fines informativos. No tiene por objeto sustituir los consejos, diagnósticos o tratamientos médicos profesionales. Siempre busque el consejo de su médico u otro proveedor de servicios de salud calificado si tiene alguna pregunta sobre una afección médica. Nunca ignore el consejo de los profesionales médicos ni posponga pedirlo por algo que haya leído en esta publicación. Si usted cree que tiene una emergencia médica, llame a su médico o al 911 de inmediato. Walgreens Specialty Pharmacy no recomienda ni avala ninguna prueba, médico, producto, intervención, opinión ni demás información específica que pueda haberse mencionado en esta publicación. Cualquier uso que haga de la información provista en esta publicación es solo bajo su propio riesgo.

Esta publicación fue creada por y es provista como un servicio de Walgreens Specialty Pharmacy.



Lo que necesita saber acerca de la fibrosis pulmonar

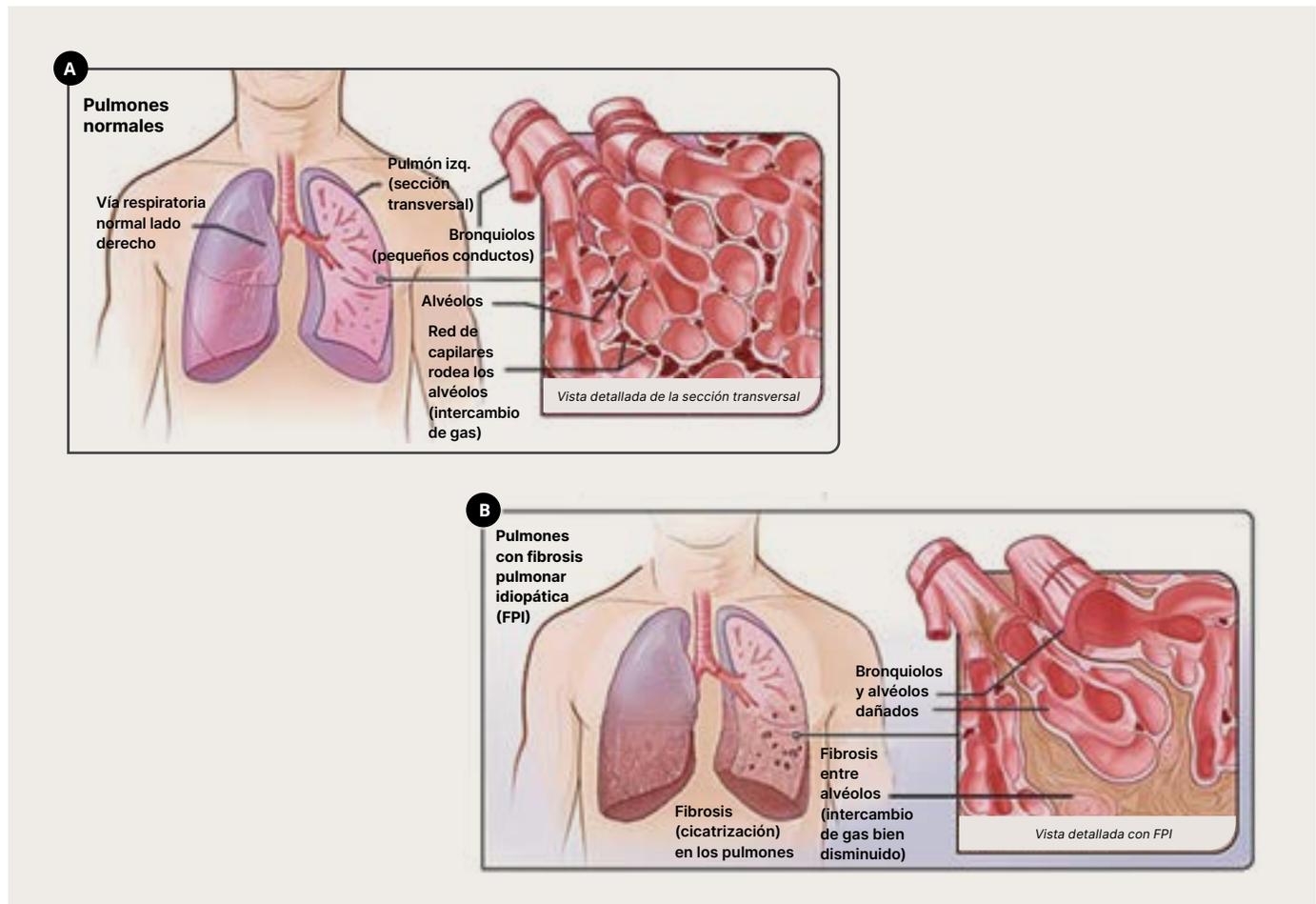
Aprender a manejar la fibrosis pulmonar (FP) puede parecer difícil, especialmente al principio. Sin embargo, entender su diagnóstico puede ayudarle a tomar control de su salud. Un buen plan de tratamiento y adoptar cambios claves en su estilo de vida pueden ayudarle a controlar sus síntomas y mejorar su salud en general. Este folleto le brinda información sobre la fibrosis pulmonar, qué esperar después del diagnóstico y cómo cumplir con el tratamiento para llevar una vida plena y activa.

Introducción

La FP es una afección a largo plazo que afecta los pulmones. Normalmente, el oxígeno puede pasar fácilmente por los sacos de aire en los pulmones, llamados alvéolos. De ahí, se mueve hacia el corriente sanguíneo.¹

Con FP, el tejido que rodea los alvéolos se engrosa y se endurece. Esto causa fibrosis, o formación de cicatrices. El daño dificulta que el oxígeno entre al corriente sanguíneo. Esto puede resultar en niveles de oxígeno bajos. Puede hacer difícil el respirar.^{1,2}

Figura 1. Cómo afecta la FP a los pulmones y vías respiratorias



Fuente: Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre; Institutos Nacionales de Salud; Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU.

Causas y factores de riesgo

La FP puede desarrollarse por diferentes razones, incluyendo^{1,2}:

- Las enfermedades autoinmunes, como la artritis reumatoide o escleroderma
- Exposición a cosas en el ambiente, como hongos, bacterias o proteínas animales
- Mutaciones genéticas
- Medicamentos
- Exposición ocupacional a materiales como el asbestos, sílice o polvo de carbón
- Radioterapia en el pecho
- Razones desconocidas (idiopático)

Hay más de 200 tipos de FP.² La forma más común se llama fibrosis pulmonar idiopática (FPI). Esto es cuando la causa de la FP no puede determinarse.³ Algunas personas pueden tener mayor riesgo de tener FPI, incluidos^{1,2}:

- Hijos o hermanos de personas con FPI
- Personas mayores de 50 años
- Varones
- Fumadores

Diagnóstico

Un equipo de cuidados de salud usa muchas piezas de información para confirmar un diagnóstico de FP, tales como^{1,2,5}:

- Historial familiar y factores de riesgo personal
- Exámenes médicos para señales y síntomas de FP, tales como manos y pies azules o sonidos crepitantes y agudos en los pulmones.
- Pruebas y procedimientos, incluidas las pruebas de sangre, de respiración, imágenes del pecho y muestras de tejido

El proceso de diagnóstico ayuda a eliminar otras causas de enfermedad pulmonar. También ayuda a determinar qué tipo de FP tiene.² Esta información le ayudará a su proveedor de servicios médicos a elaborar un plan de tratamiento adecuado para usted.

Datos de la FP: FPI en Estados Unidos^{2,4}

Más común entre las edades de **50 y 70**

Unos **35,000** casos nuevos son diagnosticados cada año

Resulta en unas **40,000** muertes cada año

Síntomas

Los síntomas más comunes de la FP son^{1,4}:

- Falta de aliento
- Tos seca que no se va

Ambas cosas pueden empeorar con el tiempo. Por ejemplo, sentirse sin aire al ejercitarse puede convertirse poco a poco en sentirse corto de aire mientras reposa. Una tos molesta podría tornarse en episodios de tos prolongados sin mejoría.²

Otras señales y síntomas podrían incluir^{1,4}:

- Dolor en los músculos y articulaciones
- Palillo de tambor, las puntas de los dedos de las manos y pies se ensanchan y redondean
- Fatiga
- Pérdida de peso

La experiencia de cada persona es diferente. Algunas personas podrían tener síntomas severos. Otros solo algunos síntomas leves. Y algunos podrían no tener síntomas. Esto puede cambiar de un día para otro o con el tiempo.^{1,2}

Algunas veces, los síntomas pueden empeorar de repente. A esto se le llama exacerbaciones agudas.¹ Pueden suceder a causa de una infección pulmonar, problemas cardíacos o coágulos de sangre en los pulmones. En otras ocasiones, no hay una razón clara de su porqué. Tratar una exacerbación aguda podría requerir de oxígeno. En algunos casos, podría requerir hospitalización.²



Complicaciones

La FP causa daño progresivo a los pulmones. Para algunas personas, este proceso es lento. Para otros, los problemas pueden desarrollarse más rápidamente. Con el tiempo, la FP puede llevar a otros problemas pulmonares serios, incluidos^{1,2,4,6}:

- Neumonía
- Embolia pulmonar, o coágulos de sangre en los pulmones
- Hipertensión pulmonar, o presión alta de la sangre en los vasos sanguíneos de los pulmones
- Cáncer del pulmón
- Fallo respiratorio

Las personas con FP también podrían ser más propensas a tener otros problemas de salud, tales como⁶:

- Enfermedad de reflujo gastroesofágico (ERGE)
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)
- Diabetes
- Enfermedad cardíaca
- Apnea del sueño



Vivir con fibrosis pulmonar

No existe cura para la FP. Sin embargo, hay ciertas terapias que pueden ayudar a las personas a manejar la FP y mejorar su calidad de vida.¹ Las metas del tratamiento de la FP incluyen^{1,2}:

- Controlar los síntomas
- Fomentar la actividad física
- Mejorar la capacidad respiratoria
- Aumentar los niveles de oxígeno
- Retrasar el daño a los pulmones

Las necesidades de tratamiento varían de persona a persona. Su proveedor de servicios médicos desarrollará un plan adecuado para usted. Su tratamiento puede incluir medicamentos, terapia de oxígeno y rehabilitación pulmonar.^{1,2}

Medicamentos

La terapia de medicamentos puede retrasar el progreso de la FP. También puede tratar los síntomas y controlar otros problemas de salud que podrían empeorar la FP. La siguiente tabla incluye una lista de los medicamentos comunes usados para tratar la FP.

Tabla 1. Medicamentos para la FP^{1,2,7}

Tipo de medicamento	Acción
Antiácido, inhibidor de la bomba de protones, bloqueador H2	Trata la ERGE para prevenir que el ácido estomacal entre e irrite los pulmones
Antifibrótico	Desacelera el daño al pulmón y la disminución de la función pulmonar
Antiinflamatorio	Reduce la inflamación en los pulmones
Supresor de tos	Trata la tos crónica
Inmunosupresor	Previene la inflamación al bajar la respuesta inmune del cuerpo

No existe un tratamiento único que sirva para todas las personas con FP. El progreso y los síntomas de la FP pueden variar de persona a persona. Su proveedor de servicios médicos le recetará una terapia de medicamentos que sea adecuada para usted.

Terapia de oxígeno

Su médico puede recetarle terapia de oxígeno si sus niveles de oxígenos bajan demasiado, a un 88% o menos.² La terapia de oxígeno puede subir sus niveles de nuevo. Esto podría facilitarle el respirar. También puede ayudarle a sentirse menos cansado. Esto podría ayudarle a mantenerse activo.²

Su receta médica le indicará cuánto oxígeno necesita y cuándo debe usarlo. Esto es diferente para cada persona. Consulte a su proveedor de servicios médicos acerca de su nivel óptimo de oxígeno. Puede que tenga que monitorear su nivel de oxígeno de vez en cuando usando un aparato que se coloca en el dedo, llamado oxímetro de pulso. Esto puede ayudarle a saber si la terapia está funcionando.⁸

La mayoría de los pacientes tiene un sistema de oxígeno en casa y otro portátil para llevar consigo.⁸ Su equipo de cuidados de salud puede ayudarle a encontrar el sistema de oxígeno adecuado. También pueden ayudarle a aprender cómo usar y mantener el equipo.

Puede tomar algo de tiempo acostumbrarse a la terapia de oxígeno. Algunas personas lo encuentran extraño y frustrante, en especial al principio. Pero la terapia de oxígeno puede ser más llevadera con el tiempo. Con la orientación de su equipo de cuidados de salud, la terapia de oxígeno puede mantenerlo en movimiento y mejorar su calidad de vida.

Oxígeno lejos de casa

Las terapias para la FP han de ser parte de su rutina diaria. Significa que tendrá que continuar su tratamiento, incluso la terapia de oxígeno, cuando esté de viaje. Hay muchas cosas a considerar^{9,10}:

- Dígale a su equipo de cuidado sobre sus planes para viajar con bastante tiempo de anticipación. Ellos pueden evaluar si es seguro que usted viaje.
- Puede que necesite una receta de oxígeno, depende de a dónde se dirija y de cómo se transportará. Volar o viajar a alturas más elevadas requerirá más oxígeno.
- Verifique con tiempo si su aerolínea, tren o crucero requiere documentación para usar oxígeno durante un viaje. Sepa qué tipo de equipo puede usar a bordo.
- No importa cómo o a dónde viaje, asegúrese de llevar una fuente de energía confiable y todo accesorio que le haga falta.

Rehabilitación pulmonar

Un programa de rehabilitación pulmonar está diseñado para ayudarle a respirar más fácilmente. Puede incluir técnicas de respiración, ejercicio y educación sobre la salud. Estas cosas pueden mejorar su calidad de vida y ayudarle a mantenerse activo.^{2,11}

Puede trabajar con diferentes tipos de proveedores de servicios médicos, incluyendo nutricionistas, terapeutas físicos, terapeutas respiratorios y trabajadores sociales. Ellos desarrollarán un programa basado en sus necesidades. El mismo podría incluir^{2,11}:

- Ejercicios para respirar
- Consejería y apoyo para la ansiedad, depresión o estrés

- Entrenamiento para ejercicios
- Consejería nutricional
- Terapia física

Como otras terapias para la FP, la rehabilitación pulmonar puede ayudarle a sentirse mejor y hacer más. Pero eso es solo el inicio. Su equipo de cuidados de salud puede ayudarle a tomar lo que aprenda en la rehabilitación pulmonar para que lo aplique a su diario vivir.

Seguir el tratamiento

Seguir el tratamiento recetado es crucial. Puede retrasar el daño a sus pulmones y ayudarle a sentirse mejor. Sin importar cuáles medicamentos y terapias sean parte de su tratamiento, debe usarlos tal como su proveedor de servicios médicos se lo indique. Debe ser diligente con la terapia física o los ejercicios para respirar. También debe tomar los medicamentos en los momentos y dosis correctos.

Algunos días, le podría parecer difícil seguir su rutina de tratamiento. En otras ocasiones, puede parecerle que no le está ayudando. No detenga su tratamiento por cuenta propia. Cuénteles sus preocupaciones a su equipo de cuidado. Ellos pueden ayudarle a ajustar su tratamiento para que le funcione mejor a usted.





Cambios en el estilo de vida

Junto al plan de tratamiento, ciertos cambios en el estilo de vida pueden ayudarle a manejar la FP. Puede aprender algunas de estas estrategias para el bienestar a través de su programa de rehabilitación pulmonar. Los hábitos saludables pueden ayudar a desacelerar el proceso de la enfermedad. También pueden controlar los síntomas y prevenir las complicaciones. Proteger sus pulmones, mantenerse activo, comer bien y encontrar apoyo emocional son importantes para manejar la FP.¹²

Proteger sus pulmones

La FP causa inflamación y formación de cicatrices en los pulmones. Esto hace que sea de suma importancia proteger sus pulmones de daños mayores. Puede hacerlo de muchas maneras^{1,2,10,12}:

- Si fuma, déjelo. Hable con su equipo de cuidado si necesita ayuda con esto.
- Evite inhalar sustancias que puedan irritar sus pulmones. Esto incluye evitar el polvo, químicos o humo de segunda mano.
- Baje su riesgo de contraer infecciones respiratorias. Lave sus manos a menudo o use desinfectante de manos frecuentemente. Evite las muchedumbres. Aléjese de otros que estén enfermos.
- Pregúntele a su proveedor de servicios médicos sobre las vacunas para la influenza, neumonía y COVID-19.
- Si desarrolla catarro, resfriado, influenza u otras enfermedades respiratorias, llame a su proveedor de servicios médicos de inmediato para orientarse.

Mantenerse activo

El ejercicio puede ayudar a mejorar la salud en general. Para aquellos con FP, mantenerse activos puede elevar los niveles de energía, mejorar la función pulmonar y fortalecer los músculos. También puede liberar el estrés y mejorar el sueño.^{1,13} Su programa de rehabilitación pulmonar puede incluir planes para ejercitarse. Estos podrían incluir los siguientes¹³:

- Correr bicicleta
- Caminar
- Estiramiento
- Levantar pesas

Mantenerse activo de forma segura

La seguridad es importante durante las sesiones de ejercicio. Puede que su equipo de rehabilitación pulmonar le sugiera algunas precauciones¹⁴:

- Siga las rutinas de ejercicio indicadas. Use el oxígeno suplemental según lo indicado.
- Aprenda a monitorear sus signos vitales. Esto puede incluir su ritmo cardíaco, nivel de oxígeno o la respiración. Haga esto antes, durante y después de ejercitarse.
- Use ropa cómoda. Póngase zapatos con soporte que le queden bien.
- Mantenga su área para hacer ejercicios bien iluminada, con suficiente espacio para moverse.
- Ejercítese con un compañero o alguien que pueda estar cerca en caso de que necesite ayuda.

Los planes de ejercicios son individualizados. Su equipo de cuidado le puede ayudar a escoger los tipos de actividad adecuados y a planificar cuán seguido ejercitarse. Los principiantes pueden comenzar con dos o hasta cuatro días de ejercicio a la semana. Otros que han estado activos previamente pueden ejercitarse de cuatro a siete veces por semana.¹⁴

Puede resultar difícil entrar en movimiento al principio, especialmente si siente que le falta el aire. Su equipo de cuidado puede ayudarle a establecer metas realistas para mantenerse activo. También pueden ayudarle a monitorear y apoyar su respiración durante el ejercicio. Algunas personas podrían tomar medicamentos para abrir las vías respiratorias. Otras podrían ajustar su terapia de oxígeno.^{1,13,14}

Junto con el ejercicio, moverse consistentemente cada día es importante. Trate de levantarse y encargarse de las tareas diarias, aún si se siente cansado o sin aire. Rétese a mantenerse en movimiento. Saque tiempo para descansar cuando lo necesite. Con el movimiento regular, algunas actividades diarias podrían comenzar a hacerse más fáciles.^{1,13}

Alimentarse bien

Además del ejercicio, una dieta saludable es parte clave de su plan de cuidado. Comer bien puede darle energía. También puede ayudarle a mantener el peso adecuado. Esto es importante para manejar la FP.

Estar sobrepeso puede ejercer presión sobre sus pulmones. Eso puede hacerle más difícil el respirar. Estar bajo peso puede dejarle desganado. Puede debilitar los músculos que usa para respirar.¹⁵

Su peso deseado se basa en su índice de masa corporal (IMC). Esta es la medida de la grasa corporal a base de su peso y estatura.¹⁵ Puede hablar con su proveedor de servicios médicos sobre su IMC y su peso ideal.

Un nutricionista puede mostrarle como obtener las calorías y nutrientes necesarios para sustentar su salud. Su plan de rehabilitación pulmonar seguramente incluirá consejería nutricional. No existe una dieta especial para la FP. Por lo general, una dieta balanceada y saludable para el corazón es una buena opción^{1,12,15,16}:

- Coma bastantes vegetales frescos, frutas y granos integrales como la avena o el arroz integral.
- Opte por lácteos bajos en o sin grasa y proteínas magras como el pescado, pollo, huevos y frijoles.
- Escoja aceites saludables para el corazón y alimentos altos en grasas saludables como los frutos secos, pescados y aguacates.
- Limite el sodio, las azúcares añadidas y las grasas transgénicas y saturadas. Estos se encuentran a menudo en las comidas ya preparadas.
- Si tiene ERGE u otros problemas de reflujo, evite alimentos ácidos como las naranjas, café o tomates.

Es importante escoger suficientes alimentos adecuados. También es crucial escoger los momentos y porciones correctos para comer^{1,12,15}:

- Un estómago muy lleno puede dificultar la respiración. Trate porciones más pequeñas durante el día para evitar el malestar.
- El reflujo ácido y la ERGE pueden desencadenar los síntomas de la FP o empeorarlos. Evite comer antes de acostarse a dormir para evitar el reflujo.

Salud emocional

Algunos días, vivir con FP puede resultar difícil. Puede que se sienta preocupado, triste o molesto. Esto es normal, sepa que no está solo. Estos sentimientos son comunes para personas con condiciones de largo plazo como la FP.^{12,17} Puede identificar maneras saludables de lidiar con esto^{1,12,17}:

- Ejercítese, aliméntese bien and duerma lo suficiente para ayudar a mejorar su estado de ánimo.
- Encuentre familiares y amigos que le apoyen. Ellos pueden ayudarle con las tareas, motivarle mientras hace cambios en su estilo de vida y darle apoyo moral en sus citas médicas.
- Únase a un grupo de apoyo de FP. Puede hacer nuevos amigos y aprender de otros que comparten su experiencia.
- Practique técnicas de relajación. Estas podrían incluir ejercicios de respiración o meditación.
- Hable con un consejero o terapeuta. Ellos pueden ayudarle a procesar sus emociones. De ser necesario, también pueden recomendar medicamentos que podrían ayudar a mejorar su estado de ánimo.

Vivir con FP puede resultar abrumador. No tiene que pasar por todo solo. Su equipo de cuidado y otros cercanos a usted pueden darle el apoyo que necesita para sentirse bien.

Trasplante de pulmón

Para algunas personas con FP, los tratamientos y terapias estándares no son suficientes. En estos casos, el trasplante de pulmón es una opción importante. En 2019, un 35% de los trasplantes de pulmón en Estados Unidos fueron para personas con FPI.²

El trasplante reemplaza los pulmones dañados con unos saludables de un donante. Puede mejorar la calidad de vida de una persona. Después del trasplante, la mayoría de las personas no tienen problema respirando ni tienen tos crónica y tampoco necesitan terapia de oxígeno.²

El trasplante de pulmón no es una opción para todos los que tienen FP. Puede conllevar muchos riesgos. El proceso requiere una preparación cuidadosa, esperar y cuidado de por vida. Pensar en un procedimiento mayor como este puede resultar aterrador. Aprender más sobre el proceso puede ser útil. Hablar abiertamente con su equipo de cuidado sobre esta opción mucho antes de que pudiera ser necesaria puede serle de ayuda.¹⁸

Cuidado continuo

Trabaje con su equipo de cuidado para manejar su tratamiento de FP. Los chequeos regulares le ayudarán a usted y a su equipo de cuidado a monitorear su condición y salud en general. Pueden hablar sobre cuán bien le están funcionando su régimen de tratamiento y los cambios de estilo de vida. Su proveedor de servicios médicos también puede ajustar sus terapias según sea necesario.

Le brindamos esta información porque creemos que, mientras más sepa sobre la fibrosis pulmonar, mejor preparado estará para manejarla.

Además, el Equipo de Terapia Specialty360 de Walgreens está aquí para apoyarle con un **servicio personalizado y confiable**, a fin de ayudarle a manejar los efectos secundarios de los medicamentos y seguir el tratamiento recetado.

Nos entusiasma formar parte de su equipo de cuidados de salud y ayudarle a obtener los mejores resultados de su tratamiento.



Referencias

1. Idiopathic pulmonary fibrosis. Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y la Sangre. <https://www.nhlbi.nih.gov/health/idiopathic-pulmonary-fibrosis>. Accedido el 15 de febrero de 2023.
2. Pulmonary fibrosis information guide. Fundación de la Fibrosis Pulmonar. https://www.pulmonaryfibrosis.org/docs/default-source/programs/educational-materials/pf-information-guides/pf-info-guide.pdf?sfvrsn=129c58c8_27. Publicado en 2020. Accedido el 19 de febrero de 2024.
3. Pulmonary fibrosis types and causes. Asociación Americana del Pulmón. <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/pulmonary-fibrosis/introduction/types-causes-and-risk-factors>. Actualizado el 27 de marzo de 2020. Accedido el 19 de febrero de 2024.
4. Idiopathic pulmonary fibrosis. Medline Plus. <https://medlineplus.gov/genetics/condition/idiopathic-pulmonary-fibrosis/>. Actualizado el 1 de julio de 2020. Accedido el 19 de febrero de 2024.
5. How is pulmonary fibrosis diagnosed? Asociación Americana del Pulmón. <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/pulmonary-fibrosis/introduction/diagnosis>. Actualizado el 21 de julio de 2020. Accedido el 19 de febrero de 2024.
6. Raghu G, Amatto VC, Behr J, Stowasser S. Comorbidities in idiopathic pulmonary fibrosis patients: a systematic literature review. *Eur Respir J*. 2015;46(4):1113-1130. doi:10.1183/13993003.02316-2014
7. Pulmonary fibrosis medications. Asociación Americana del Pulmón. <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/pulmonary-fibrosis/patients/how-is-pulmonary-fibrosis-treated/medications>. Actualizado el 22 de marzo de 2020. Accedido el 19 de febrero de 2024.
8. Oxygen basics. Fundación de la Fibrosis Pulmonar. https://www.pulmonaryfibrosis.org/docs/default-source/programs/educational-materials/oxygen-basics/oxygen-basics-booklet.pdf?sfvrsn=25c686b4_25. Accedido el 19 de febrero de 2024.
9. What do I need to know about traveling with supplemental oxygen? Patient brochure. Fundación de la Fibrosis Pulmonar. https://www.pulmonaryfibrosis.org/docs/default-source/programs/educational-materials/traveling-with-oxygen/pff_traveloxygen_newlogo.pdf?sfvrsn=911be94_8. Publicado en 2019. Accedido el 19 de febrero de 2024.
10. Traveling with oxygen. Asociación Americana del Pulmón. https://action.lung.org/pf/OX5-Traveling_with_Oxygen/files/OX5-Traveling_with_Oxygen-2020-v2.pdf. Accedido el 19 de febrero de 2024.
11. Rehabilitación pulmonar Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y la Sangre. <https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics/pulmonary-rehabilitation>. Accedido el 19 de febrero de 2024.
12. Maintain your health. Fundación de la Fibrosis Pulmonar. <https://www.pulmonaryfibrosis.org/patients-caregivers/education-resources/maintain-your-health>. Accedido el 19 de febrero de 2024.
13. Physical activity and pulmonary fibrosis. Asociación Americana del Pulmón. <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/pulmonary-fibrosis/patients/living-well-with-pulmonary-fibrosis/physical-activity>. Actualizado el 22 de marzo de 2020. Accedido el 19 de febrero de 2024.
14. Home-based exercise recommendations. Fundación de la Fibrosis Pulmonar. https://www.pulmonaryfibrosis.org/docs/default-source/programs/pr-toolkit/home-based-exercise-handout.pdf?sfvrsn=69292158_3. Accedido el 19 de febrero de 2024.
15. Nutrition and pulmonary fibrosis. Asociación Americana del Pulmón. <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/pulmonary-fibrosis/patients/living-well-with-pulmonary-fibrosis/nutrition>. Actualizado el 22 de marzo de 2020. Accedido el 19 de febrero de 2024.
16. Heart-healthy living. Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y la Sangre. <https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics/heart-healthy-living>. Accedido el 19 de febrero de 2024.
17. Coping with stress and emotions from pulmonary fibrosis. Asociación Americana del Pulmón. <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/pulmonary-fibrosis/patients/living-well-with-pulmonary-fibrosis/coping-with-stress-and-emotions>. Actualizado el 22 de marzo de 2020. Accedido el 19 de febrero de 2024.
18. Weill D, Benden C, Corris PA, et al. A consensus document for the selection of lung transplant candidates: 2014—an update from the Pulmonary Transplantation Council of the International Society of Heart and Lung Transplantation. *J Heart Lung Transplant*. 2015;34(1):1-15. doi:10.1016/j.healun.2014.06.014

Recursos

Puede resultarle útil comunicarse con estas organizaciones para obtener apoyo y recursos adicionales.*

Fundación de la Fibrosis Pulmonar

www.pulmonaryfibrosis.org
844-TalkPFF (844-825-5733)
Facebook: www.facebook.com/PFFORG
Twitter: @PFFORG

La Fundación de la Fibrosis Pulmonar es una organización sin fines de lucro para la comunidad que vive con FP. Su sitio web incluye materiales educativos para pacientes, sus familias y cuidadores, más recursos clínicos para proveedores de servicios médicos e investigadores. La fundación apoya iniciativas de defensa y políticas, provee fondos para investigación actual y mantiene la red de profesionales clínicos y grupos de apoyo conocida como PFF Care Center Network. La fundación también responde a preguntas de pacientes y provee apoyo para la comunidad de personas con FP a través de su centro de ayuda, el PFF Help Center, vía 844-TalkPFF (844-825-5733), help@pulmonaryfibrosis.org y www.pulmonaryfibrosis.org/patients-caregivers/medical-and-support-resources/pff-help-center.

Asociación Americana del Pulmón

www.lung.org
800-LUNGUSA (800-586-4872)
Facebook: www.facebook.com/lungusa
Twitter: @LungAssociation

La Asociación Americana del Pulmón es una organización nacional sin fines de lucro dedicada a salvar vidas mejorando la salud pulmonar y previniendo las afecciones pulmonares. Su sitio web incluye noticias sobre la investigación, políticas e iniciativas de defensa, más información para pacientes sobre las afecciones y la salud pulmonar, incluida la FP.

Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y la Sangre

www.nhlbi.nih.gov
877-NHLBI4U (877-645-2448)
Facebook: www.facebook.com/NHLBI
Twitter: @nih_nhlbi

El Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y la Sangre en los Institutos Nacionales de la Salud supervisa la investigación, la capacitación y la educación para la prevención y el tratamiento de los trastornos cardíacos, pulmonares y sanguíneos. Su sitio web contiene recursos educativos para pacientes y profesionales clínicos e información sobre los esfuerzos de concientización y ensayos clínicos para una variedad de enfermedades y afecciones, incluyendo la FP.

*Las organizaciones citadas se proporcionan únicamente para fines informativos. No están afiliadas ni le han proporcionado ningún tipo de financiación a Walgreens Specialty Pharmacy para la elaboración de este folleto. Walgreens Specialty Pharmacy no avala ni recomienda ninguna organización específica.

Walgreens
Specialty Pharmacy