



Estrategias adoptadas por pacientes con EPOC para la mitigación de la Disnea en la rutina diaria: un estudio de campo en Centro de Salud Puerto Vallemi

Giselly de Oliveira Rodrigues

Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Central del Paraguay, Pedro Juan Caballero.

Tutoria: Dra. Juliane de Oliveira

26 de Agosto de 2025

Trabajo Final de Grado

Prevalencia del uso de vapes entre los estudiantes de medicina de la UCP año 2025

Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Central del Paraguay,

Pedro Juan Caballero, Amambay, Paraguay.

Resumen

La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) constituye una de las afecciones respiratorias mas prevalentes y discapacitantes a nivel mundial , caracterizada por la obstrucción progresiva del flujo aéreo , la disnea persistente y un deterioro significativo de la calidad de vida . En este contexto , las estrategias de autogestión de la disnea cobran especial relevancia como complemento terapéutico no farmacológico . El presente estudio tuvo como objetivo principal analizar las estrategias adoptadas por pacientes con EPOC para mitigar la disnea en su rutina diaria . Se trato de una investigación de tipo descriptivo y transversal , desarrollada en un centro de salud de la ciudad de Puerto Vallemi (Paraguay) , con una muestra compuesta por 50 pacientes previamente diagnosticados . Las variables principales analizadas incluyeron el perfil socioeconómico , las estrategias de autogestión aplicadas y el nivel de actividad física , este ultimo evaluado mediante el instrumento C-PPAC. Los datos fueron recolectados por medio de un cuestionario estructurado y posteriormente analizados por una estadística descriptiva , permitiendo identificar patrones conductuales , limitaciones funcionales y vacíos asistenciales en la atención de esta población . Los hallazgos mostraron que el grupo etario predominante fue el de 50 a 59 años (42,0%) , con ligera mayoría de hombres (56,0%) y que las estrategias de autogestión mas utilizadas fueron la respiración con labios fruncidos y el fraccionamiento de tareas , aunque la mayoría de los pacientes presento un nivel bajo de actividad física según el C-PPAC

Palabra clave: Enfermedad pulmonar obstructiva crónica ,Disnea, Autocuidado , Actividad física, Rehabilitación pulmonar