



Victor-M. Amela - Ima Sanchís - Lluís Amiguet

Dr. Christian Domingo, catedràtic de Pneumologia de la UAB, investiga la tos crònica

Tinc 65 anys. Vaig néixer i visc a Barcelona. Estic casat i tinc dos fills. Soc consultor sènior de Medicina Pulmonar a la Corporació Parc Taulí de Sabadell i professor de Medicina a la UAB. Soc un defensor de la sanitat pública. M'interessa més la part ètica de les religions que la fe

“Volar molt amb avió pot provocar tos crònica”

XAVIER CERVERA



La tos és una malaltia o un símptoma? La tos és un reflex. A tots ens cal tossir per mantenir la via aèria expedita. I també és un símptoma de malalties com l'asma o la bronquitis crònica.

Considerar-la com una malaltia és nou? Sí, hi ha pacients la malaltia dels quals s'anomena tos crònica refractària.

En què consisteix? Una tos d'origen no catalogat. La mateixa tos és la malaltia, amb un origen diferent al reflex o a la tos com a símptoma. En alguns casos està lligada a una resposta anormal de les cèl·lules del sistema nerviós que estan en contacte amb l'exterior.

Quanta gent afecta? En un estudi recent a Espanya parlariem del voltant del 5%.

Es tus més a les ciutats? Sí, per la pol·lució. Una partícula de dièsel pot durar fins a 30 dies en l'atmosfera. Les mesures que es prenen avui tenen efectes setmanes o mesos després.

Però diu que la tos no només té a veure amb els pulmons?

Exacte. Pot deure's a moltes malalties: reflux gastroesofàgic, insuficiència cardíaca, sinusitis crònica, asma...

Què és el reflux gastroesofàgic? És el pas del contingut de l'estómac a l'esòfag, cosa que estimula terminacions nervioses i genera tos.

Quan és perillosa la tos? Quan genera complicacions com la síncope, és a dir, pèrdua de coneixement. I els cops de tos poden augmentar la pressió dins el crani i provocar cefalees intenses.

Què desencadena la tos com a malaltia? Una resposta exagerada dels receptors nerviosos a estímuls que en persones sanes no provoquen tos.

Quin tipus d'estímuls? Aire fred, canvis de temperatura, riure, cridar o les olors poden desencadenar accessos de tos intensos i difícils de controlar. En alguns casos parlem d'hipersensibilitat química múltiple.

Quin impacte té la tos crònica? Un impacte social enorme. No poden anar al cinema o al teatre, a un bar o restaurant sense por de patir un atac de tos que no poden aturar. Molts pacients descriuen la sensació

Cuines ventilades

Fregir gambes pot produir tos crònica, o viatjar molt amb avió, ser sanitari exposat contínuament al làtex i els productes desinfectants... I a casa? Ventilar i ventilar, sobretot les cuines. Tos crònica significa que et donin atacs de tos fortíssims i incontrolables que t'impedeixen anar al cinema, al teatre, a un concert, fins i tot a un bar o parlar amb els altres. Fa molt poc que ha estat reconeguda com a malaltia i estudiada com a tal. La pateix el 5% de la població, però va en augment. Durant anys es va tractar com un símptoma, però ara sabem que en molts pacients el problema radica al sistema nerviós, que reacciona a estímuls mínims: aire fred, riure, una olor. El reflex es descontrola. Gràcies a iniciatives com el Barcelona International Cough Conference, impulsat pel doctor Domingo, aquesta malaltia s'investiga.

de “viure demanant perdó per tossir”. S'aïllen. I hi ha efectes físics importants.

Com ara quins? Alteració del son, fatiga persistent, incontinència urinària. Entre el quaranta-quatre i el cinquanta per cent de les dones amb tos crònica la pateixen.

I psicològicament? Molts desenvolupen ansietat i depressió per aquest aïllament.

Es pot tractar? Fa un any i mig va aparèixer el primer fàrmac específic, que bloqueja els receptors que desencadenen la tos. Però no està finançat i costa uns 148 euros al mes.

Hi ha professions amb més exposició a partícules, vapors o substàncies irritants? Sí. Per exemple, forners exposats a àcars de la farina poden desenvolupar asma i tos.

Qui més? Cuiners, per la combustió a les cuines. Fregir aliments de manera continuada pot provocar tos crònica refractària. Hi ha persones que han hagut de canviar de feina per això.

I què ocorre amb l'aire reciclat als avions?

L'aire pot contenir contaminants procedents dels motors. Hi ha estudis en pilots i hostesses que ho demostren. Volar molt amb avió pot provocar tos crònica.

I l'aire que respirem a casa? La qualitat de l'aire interior és un factor emergent en salut respiratòria. A més de la contaminació urbana, hi ha exposicions domèstiques rellevants.

Per exemple? Ventilació insuficient (moltes cuines mal ventilades), productes de neteja en aerosol. I, en zones granítiques, exposició a radó, un gas que augmenta el risc de càncer de pulmó. Es pot mesurar amb mesuradors domèstics. I la solució és ventilar.

El personal sanitari està exposat? Sí, per exemple al làtex o a productes de neteja hospitalaris. I els agricultors als pesticides i altres substàncies que generen problemes respiratoris si no es prenen mesures.

El vaporeig també produeix tos? Pot ser fins i tot més perillós que el tabac, pels additius no controlats.

Què el preocupa del moment actual? Que la tos com a malaltia està emergint, detectem més casos i en augment. I pot afectar persones joves al llarg de tota la vida, de fet fins i tot augmenta en joves que no han fum mai.

Estem preparats? No. Anem en bolquers. Hi hauria d'haver unitats específiques de tos. Per això vaig crear fa 11 anys el congrés sobre tos, per donar visibilitat a aquests pacients.

IMA SANCHÍS

Descobreix, compara i estalvia amb El Comprador

La secció de La Vanguardia que busca, analitza i recomana els millors productes per comprar d'una manera intel·ligent i al millor preu.



Entra a lavanguardia.com/comprar i comença a estalviar!

Segueix-nos a Instagram i TikTok i subscriu-te a la nostra newsletter per no perdre't res.



elcomprador

LA VANGUARDIA