

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: May 02, 2025

Neumonía

La neumonía es causada por una infección en los pulmones. Puede ser grave, por lo que es importante recibir tratamiento rápidamente.

Hemos reunido las mejores y más actualizadas investigaciones sobre la neumonía para ver qué tratamientos funcionan. Puede usar nuestra información para hablar con su médico y decidir qué tratamientos son los mejores para usted.

Qué es la neumonía?

La neumonía generalmente es causada por una infección con una bacteria o un virus. La infección causa inflamación (hinchazón) en los pulmones. Partes de los pulmones pueden obstruirse con líquido, lo que dificulta la respiración.

Cuáles son los síntomas?

La neumonía es grave y puede hacer que se sienta muy enfermo.

- Muchas personas tienen fiebre y tos.
- Es posible que sienta que no puede recuperar el aliento.
- Estarás débil y cansado y, por lo general, te sentirás mal. Las personas mayores con neumonía a veces se sienten confundidas.
- Probablemente no tendrás ganas de comer o beber.

Algunas personas sienten dolor en el pecho al inhalar o exhalar. Esto puede suceder si se produce una inflamación entre las capas de tejido que cubren los pulmones. Esto impide que los pulmones se muevan suavemente mientras respira. Se llama pleuresía.

Tener neumonía a veces puede dificultar la inhalación de suficiente oxígeno. Esto es muy peligroso. Si los labios o la piel debajo de las uñas tienen un tinte azulado, llame a una ambulancia de inmediato.

También debe buscar ayuda de emergencia si se siente confundido, o si otra persona nota que está confundido, podría pedir ayuda. La confusión es otra señal de que no estás recibiendo suficiente oxígeno.

Neumonía

El médico podría sugerir una radiografía de tórax para ayudar a determinar la causa de los síntomas.

qué tratamientos funcionan?

Si tienes neumonía causada por bacterias, necesitarás tratamiento con antibióticos lo antes posible. Los antibióticos son medicamentos que matan las bacterias. Las bacterias son la causa más común de neumonía.

Es probable que tomes los antibióticos en casa en forma de tabletas. Pero si por alguna razón no puede tomar las tabletas, o si sus síntomas son graves, se le administrarán antibióticos en forma de goteo.

Si no comienzas a sentirte mejor dentro de los tres días posteriores al inicio del tratamiento, díselo a tu médico (él o ella debería haber organizado un seguimiento contigo para verificar si estás mejorando). Es posible que deba probar un tipo diferente de antibiótico.

Es muy importante que termines de tomar tus pastillas. Necesitas hacer esto incluso si comienzas a sentirte mejor. Si no termina su tratamiento, es posible que algunas bacterias no se eliminen. Pueden comenzar a crecer en los pulmones nuevamente y la neumonía podría reaparecer y ser más difícil de tratar.

Los antibióticos pueden tener efectos secundarios. Los más comunes son náuseas (sensación de malestar), vómitos o diarrea. A algunas personas les sale una erupción. Esto sucede debido a una reacción alérgica leve. No es grave, pero debe informar a su médico.

También es posible tener una reacción alérgica más grave. Dígale a su médico si es alérgico a algún antibiótico: por ejemplo, algunas personas son alérgicas a la penicilina.

Los antibióticos no funcionarán si la neumonía es causada por un virus. Pero es posible que los necesite si contrae una infección bacteriana además de una infección causada por un virus. Por lo general, la neumonía viral desaparece por sí sola.

Levantarse de la cama y moverse un poco cada día puede ayudarlo a mejorar. Esto se debe a que ejercita los pulmones. Pero no hagas demasiado.

Tendré que ir al hospital?

La mayoría de las personas con neumonía se recuperan en casa. Sin embargo, algunas personas necesitan tratamiento en el hospital. Por ejemplo, su médico puede pensar que necesita tratamiento hospitalario si es mayor o si tiene otras afecciones médicas o un caso más grave de neumonía.

En el hospital, además de antibióticos, es probable que te administren líquidos a través de un goteo en el brazo. Esto evitará que te deshidrates si estás demasiado enfermo para beber. También se le controlará la temperatura y la respiración con regularidad.

También es posible que le administren un tratamiento corto de esteroides (su nombre completo es corticosteroides). Estos son medicamentos que ayudan a reducir la hinchazón de los pulmones.

Neumonía

Si recibes tratamiento en el hospital, levantarte de la cama y moverte durante unos minutos al día puede ayudarte a irte a casa antes. También es posible que pueda irse a casa antes si ejercita sus pulmones. Puedes hacerlo respirando profundamente o soplando a través de un tubo en una botella de agua.

Pregúntele a su médico cuánto debe moverse y si los ejercicios de respiración podrían ayudarlo.

Cuidando de ti mismo

La neumonía debe tomarse en serio, incluso si eres joven y estás en forma. Tienes que cuidarte mucho. Hay algunas cosas sencillas que puede hacer para ayudar a su recuperación.

- Descansa lo suficiente. Puedes empezar a hacer más a medida que te sientas mejor, pero no te esfuerces. No hagas nada que no te sientas lo suficientemente bien para hacer. Si estás descansando en la cama, date la vuelta al menos cada hora mientras estés despierto. Respire profundamente de cinco a 10 veces y luego tosa fuertemente un par de veces. Esto ayuda a eliminar cualquier flema que se haya depositado en los pulmones.
- Si tienes fiebre o dolor, puedes tomar un analgésico de venta libre, como paracetamol o ibuprofeno. Asegúrese de tomarlos de acuerdo con las instrucciones del paquete. Tomar demasiado puede ser peligroso.
- Beba muchos líquidos para no deshidratarse.
- Si eres fumador, ahora es un buen momento para dejar de fumar. Fumar daña los pulmones y aumenta las probabilidades de volver a contraer neumonía. Su médico puede ayudarlo con formas de dejar de fumar.

Qué me va a pasar?

La neumonía es grave y, a veces, puede poner en peligro la vida. Pero con un tratamiento oportuno, la mayoría de las personas se curan por completo.

Si tienes neumonía causada por bacterias, es muy probable que los antibióticos maten las bacterias y eliminen la infección.

Pero los antibióticos no funcionan contra los virus. La mayoría de las veces, la neumonía causada por un virus mejorará sin tratamiento.

El tiempo que se tarda en mejorar depende de varios factores, como la edad y el estado general de salud. Si eres joven y gozas de buena salud, es probable que te recuperes antes.

Si recibe tratamiento rápidamente, debería comenzar a sentirse mejor en unos pocos días. Sin embargo, tomará algún tiempo para que se sienta tan bien como lo hacía antes de tener neumonía. Si eres mayor o tienes otra afección que afecta tu salud, pueden pasar varios meses antes de que sientas que te has recuperado por completo.

El médico puede ordenar una radiografía de tórax para asegurarse de que la neumonía haya desaparecido, especialmente si tienes más de 50 años o si fumas.

Neumonía

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

