



ANEXO X

Pacientes con Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC)

Además de las recomendaciones para la población general, se aconseja:

- Mantenerse bien hidratado. Lo mejor es el agua, las infusiones y los zumos naturales.
- Si tiene oxígeno en la casa o utiliza un aparato de ventilación mecánica no invasiva, recuerde utilizarlo de la forma indicada por su médico/a de referencia (en el caso del oxígeno debe utilizarlo 16 horas diarias, incluida la noche).
- Si todavía está fumando y padece de EPOC, recuerde que estos días pueden ser un buen motivo para abandonar el consumo de tabaco.
- Realice los ejercicios respiratorios que su equipo sanitario le ha recomendado.
- Evite estar mucho tiempo sentado. Es necesario mantenerse activo durante este tiempo de confinamiento.