

ASMA

Definición

El asma es una enfermedad pulmonar crónica (de largo plazo). Afecta las vías respiratorias, los conductos que llevan el aire hacia y desde los pulmones. Cuando tiene asma, sus vías respiratorias pueden inflamarse y estrecharse. Esto puede causar sibilancias, tos y opresión en el pecho. Cuando estos síntomas son peores que lo habitual, se conoce como ataque de asma o crisis asmática.

Etiología

El asma es causada por hinchazón (inflamación) de las vías respiratorias. Cuando se presenta un ataque de asma, el recubrimiento de las vías respiratorias se inflama y los músculos que las rodean se tensionan. Esto reduce la cantidad de aire que puede pasar por estas.

Factores de riesgo

El riesgo de padecer asma viene determinado por la interacción entre la predisposición genética, los factores que alteran el desarrollo del individuo, antes de nacer o durante la infancia, y las exposiciones ambientales a partículas inhaladas.

Algunos factores de riesgo conocidos son:

- Tener antecedentes de asma en un pariente cercano, como padre, madre o hermanos.
- Tabaquismo de la madre durante el embarazo.
- Nacer de forma prematura o con bajo peso.
- Presentar ciertas infecciones respiratorias virales durante los primeros meses o años de vida.
- Presentar “pitos” o sibilancias en los primeros años de vida.
- Tener predisposición a presentar alergias, lo que es llamado “atopia”; como la rinitis, la dermatitis y la conjuntivitis alérgica.
- Obesidad.
- Fumar.

- Vivir en áreas urbanas e industrializadas, especialmente en lugares que tienen alto grado de contaminación ambiental.
- Exposición a productos químicos (agricultura, peluquería o construcción entre otros) en el ámbito laboral.

Epidemiología

De acuerdo a estadísticas oficiales, en México la incidencia anual de asma a nivel nacional es de 2.78 por 1,000 habitantes.

Fisiopatología

Fisiopatológicamente, se trata de una inflamación crónica de las vías respiratorias, en cuya patogenia intervienen diversas células y mediadores de la inflamación, condicionada en parte por factores genéticos. El diagnóstico es eminentemente clínico.

Cuadro clínico

Dolor u opresión del pecho. Sibilancias al exhalar, que es un signo común de asma en los niños. Problemas para dormir causados por falta de aliento, tos o sibilancia al respirar. Tos o sibilancia al respirar que empeora con un virus respiratorio, como un resfriado o gripe.

Diagnóstico: estudios laboratoriales y de gabinete

Espirometría. Esta es la principal prueba que los médicos suelen utilizar para diagnosticar el asma en personas de 5 años o más. Para ayudar a determinar qué tan bien están funcionando tus pulmones (función pulmonar), respiras profundamente y exhalas con fuerza en un tubo conectado a un espirómetro.

Tratamiento

Los objetivos del tratamiento son:

- Controlar la inflamación de las vías respiratorias
- Limitar la exposición a sustancias que puedan desencadenar los síntomas
- Ayudarle a que pueda realizar las actividades normales sin tener síntomas de asma

MEDICAMENTOS PARA EL ASMA

Existen dos clases de medicamentos para el tratamiento del asma:

- Medicamentos de control para ayudar a prevenir ataques
- Medicamentos de alivio rápido (rescate) para uso durante los ataques

MEDICAMENTOS DE ACCIÓN PROLONGADA

También se denominan medicamentos de mantenimiento o de control. Se utilizan para prevenir los síntomas en personas con asma de moderada a grave. Usted debe tomarlos todos los días para que hagan efecto. Tómelos incluso cuando se sienta BIEN.

Algunos medicamentos de acción prolongada se aspiran (inhalan) como los esteroides y los betaagonistas de acción prolongada. Otros se toman por la boca (vía oral). Su proveedor le recetará el medicamento apropiado.

MEDICAMENTOS DE ACCIÓN PROLONGADA

También se denominan medicamentos de mantenimiento o de control. Se utilizan para prevenir los síntomas en personas con asma de moderada a grave. Usted debe tomarlos todos los días para que hagan efecto. Tómelos incluso cuando se sienta BIEN.

Algunos medicamentos de acción prolongada se aspiran (inhalan) como los esteroides y los betaagonistas de acción prolongada. Otros se toman por la boca (vía oral). Su proveedor le recetará el medicamento apropiado.

MEDICAMENTOS DE ALIVIO RÁPIDO

También se denominan medicamentos de rescate. Ellos se toman:

- Cuando está tosiendo, jadeando, teniendo problemas para respirar o durante un ataque de asma
- Justo antes de la actividad física para ayudar a prevenir síntomas de asma

Coménteles a su proveedor si usted está usando medicamentos de alivio rápido dos veces por semana o más. Si este es el caso, es posible que el asma no esté controlada. Su proveedor puede cambiar la dosis o su medicamento de control del asma diario.

Los medicamentos de alivio rápido incluyen:

- Broncodilatadores de acción corta (inhaladores)
- Corticoesteroides orales para un ataque de asma grave

Un espirómetro es un dispositivo simple para medir qué tan rápidamente puede usted sacar el aire de los pulmones.

- Lo puede ayudar a saber si se aproxima un ataque, algunas veces, incluso antes de que aparezca cualquier síntoma. Las mediciones de flujo máximo pueden ayudar a mostrar cuándo se necesita el medicamento o si es necesario tomar otra acción.
- Los valores de flujo máximo de 50% a 80% de los mejores resultados son un signo de un ataque de asma moderado. Mientras que los valores por debajo de 50% son un signo de un ataque grave.

Pronóstico

La enfermedad es muy variable, pudiendo cambiar mucho los síntomas del paciente a lo largo de los días y de los meses. En las crisis leves, el manejo con planes de autocuidado o el ajuste del tratamiento por su médico de cabecera suelen ser suficientes.

No existe cura para el asma, aunque los síntomas algunas veces disminuyen con el tiempo. La mayoría de las personas con asma pueden llevar una vida normal con cuidados personales y tratamiento médico apropiados.