

## NEUMOLOGÍA

### Espirometría

#### ¿Qué es?

Es una prueba diagnóstica, sencilla, indolora y no invasiva que permite medir la cantidad de aire que pueden retener los pulmones (volumen de aire) y la velocidad de las inhalaciones y exhalaciones durante la respiración (velocidad del flujo de aire). Permite conocer la función pulmonar y, así, diagnosticar, establecer la gravedad y hacer seguimiento de cualquier enfermedad respiratoria.

#### Cómo prepararse

- Se recomienda vestir de manera cómoda y no fumar durante 2 horas antes de la prueba.
- Aunque no se necesita estar en ayunas es aconsejable no comer ni beber de manera abundante las 2 horas previas, así como realizar esfuerzo intenso.
- Antes de realizar la prueba se debe notificar si se toma algún tipo de inhalador, ya que no se podrá tomar para realizar la prueba de forma basal.

#### Durante el procedimiento

- La espirometría consiste en respirar por la boca a través de un pequeño tubo. Antes de realizar la prueba se tapa la nariz del paciente para evitar que salga aire. Después el paciente se sienta y sostiene un pequeño dispositivo de medición del flujo de aire (espirómetro) que tiene una boquilla adherida desechable a un extremo. Se coloca en la boca, se aprietan los dientes y se cierran los labios alrededor de la boquilla para evitar que la lengua bloquee el orificio.
- Se realiza una inspiración normal y se exhala aire de manera suave hasta vaciar los pulmones en su totalidad.
- Se toma una gran y profunda inspiración, llenando los pulmones. Se exhala de nuevo con fuerza y se continúa hasta que el profesional indique que se debe parar, más o menos durante 6 segundos. Aunque se tenga la sensación de que no se puede exhalar más aire, se tiene que seguir exhalando de forma que se pueda medir cada pequeña exhalación.
- Cuando se le indique que pare, sáquese la boquilla y descanse. Estos pasos se repetirán al menos 3 veces, pero pueden ser más.
- A menudo se realiza en dos partes. Primero de forma basal, sin tomar medicación. Y luego, al cabo de 15 minutos, se administra un inhalador-salbutamol para cuantificar si se producen cambios en la función pulmonar.

#### Después del procedimiento

- Algunos pacientes refieren cierta fatiga por la realización del esfuerzo repetido. Por ello, la persona encargada de realizar la prueba hace pausas para que el paciente descanse entre los diferentes intentos.
- Algunos pacientes tienen dolor de cabeza al finalizar y, en muy raras ocasiones, sensación de mareo.
- Podrá incorporarse a sus tareas laborales o domésticas diarias con normalidad.

## **Caminata de 6 minutos**

### ¿Qué es?

Es una prueba diagnóstica que consiste en medir la distancia máxima que recorre una persona sobre una superficie plana en un tiempo de 6 minutos. Permite medir la tolerancia al esfuerzo y valorar si existe algún grado de limitación, medir resultados de diferentes tratamientos (incluida rehabilitación pulmonar) y prescribir ejercicio como terapia de ayuda en su enfermedad.

### Cómo prepararse

- El paciente debe desayunar de forma ligera y tomar su medicación habitual.
- Debe acudir con ropa y calzado cómodo que le permita realizar actividad física.
- No debe haber realizado ejercicio intenso las dos horas previas al test.
- Los pacientes pueden utilizar sus ayudas habituales para la marcha (bastón, muleta, caminador, etc.)

### Durante el procedimiento

- Se colocan dos conos en un pasillo separados 30 metros y se camina durante seis minutos a un ritmo rápido que permita al paciente realizar el máximo de metros posibles en este tiempo.
- El personal sanitario que realiza la prueba registra la sensación de disnea (ahogo), la tensión arterial, la frecuencia cardíaca, la saturación de oxígeno y los metros alcanzados.
- Si el paciente debe realizar la prueba con oxígeno, una segunda persona caminará junto al paciente para llevar el carro de oxígeno.

### Después del procedimiento

- Se puede tener fatiga, tos y sensación leve de falta de aire.
- Podrá incorporarse a sus tareas laborales o domésticas diarias con normalidad.