

MINI ENCICLOPEDIA DE LA SALUD

ASMA

Tabla de Contenido

Causas	1
Síntomas	2
Síntomas del asma	2
Síntomas de emergencia que necesitan atención médica	2
Pruebas y exámenes.....	3
Exámenes que se pueden ordenar.....	3
Tratamiento.....	3
Medicamentos de control (acción prolongada).....	3
Medicamentos de alivio rápido (rescate)	4
Cuidado del asma en casa	4
Expectativas (pronóstico)	4
Glosario.....	4



El asma es una enfermedad crónica que provoca que las vías respiratorias de los pulmones se hinchen y se estrechen. Esto hace que se presente dificultad para respirar como sibilancias, falta de aliento, opresión en el pecho y tos.

CAUSAS

El asma es causada por hinchazón (inflamación) de las vías respiratorias. Un ataque de asma ocurre cuando el recubrimiento de las vías respiratorias se ha inflamado y se estrechan los músculos que las rodean. Este estrechamiento reduce la cantidad de aire que puede pasar por estas.

Los síntomas de asma pueden ser provocados por la inhalación de sustancias llamadas alérgenos o desencadenantes, o por otras causas.

Los desencadenantes comunes del asma incluyen:

- Animales (caspa o pelaje de mascotas).
- Ácaros del polvo.
- Ciertos medicamentos: ácido acetilsalicílico (aspirina) y otros [AINE](#).
- Cambios en el clima (con mayor frecuencia clima frío).
- Químicos en el aire (contaminación) o en los alimentos.
- Actividad física.
- Moho.
- Polen.
- Infecciones respiratorias, como el resfriado común y muchos otros virus.
- Emociones fuertes (estrés).
- Tabaco u otro inhalante que se fuma.

Las sustancias que se encuentran en algunos lugares de trabajo también pueden desencadenar los síntomas de asma, lo que lleva al asma ocupacional. Los desencadenantes más comunes son el polvo de la madera, el polvo de los granos, la caspa animal, los hongos o los químicos.

Muchas personas con asma tienen antecedentes personales o familiares de alergias, como la fiebre del heno (rinitis alérgica) o eccema. Otros no tienen antecedentes de alergias.

SÍNTOMAS

Los síntomas de asma varían de una persona a otra. Por ejemplo, usted puede tener síntomas todo el tiempo o mayormente durante la actividad física.

Los ataques de asma pueden durar de minutos a días. Un ataque de asma puede empezar repentinamente o desarrollarse lentamente en cuestión de varias horas o días. Se puede volver peligroso si el flujo de aire se bloquea considerablemente.

SÍNTOMAS DEL ASMA

- Tos con o sin producción de esputo (flema).
- Retracción de la piel entre las costillas al respirar (tiraje intercostal).
- Dificultad para respirar que empeora con el ejercicio o la actividad.
- Silbidos o sibilancias cuando respira.
- Dolor o rigidez en el pecho.
- Dificultad para dormir.
- Patrón de respiración anormal (la expiración dura el doble de tiempo que la inhalación).

SÍNTOMAS DE EMERGENCIA QUE NECESITAN ATENCIÓN MÉDICA

- Labios y cara de color azulado (cianosis).
- Disminución del nivel de lucidez mental, como somnolencia intensa o confusión.
- Dificultad respiratoria extrema.
- Pulso rápido.
- Ansiedad intensa debido a la dificultad para respirar.
- Dificultad para hablar.
- La respiración se detiene temporalmente.

TABLA 1. ¿CÓMO SÉ SI MI ASMA ES LEVE O GRAVE?

	<i>Intermitente</i>	<i>Persistente leve</i>	<i>Persistente moderado</i>	<i>Persistente grave</i>
<i>Síntomas diurnos</i>	<2 veces/semana	>2 veces/semana	Diarios	Continuos (varias veces al día)
<i>Uso medicación rescate</i>	<2 veces/semana	>2 veces/semana	Todos los días	Varias veces al día
<i>Síntomas nocturnos</i>	<2 veces/mes	>2 veces/mes	>1 vez/semana	Frecuentes
<i>Limitación de las actividades habituales</i>	Ninguna	Algo	Bastante	Mucha
<i>Función pulmonar</i>	>80%	>80%	>60% y <80%	<60%
<i>Exacerbaciones</i>	Ninguna	<1/año	>2/año	>2/año
<i>Uso medicación rescate</i>	<2 veces/semana	>2 veces/semana	Todos los días	Varias veces al día

PRUEBAS Y EXÁMENES

El proveedor de atención médica utilizará un estetoscopio para auscultar sus pulmones. Se pueden escuchar sibilancias u otros sonidos relacionados con el asma. El proveedor tomará su historial médico y preguntará acerca de sus síntomas.

EXÁMENES QUE SE PUEDEN ORDENAR

- Pruebas de alergias: examen de la piel o de la sangre.
- Gasometría arterial: para ataques graves.
- Radiografía o tomografía computarizada del tórax.
- Pruebas de la función pulmonar: mediciones de flujo máximo.

TRATAMIENTO

Los objetivos del tratamiento son:

- Controlar la inflamación de las vías respiratorias.
- Limitar la exposición a sustancias desencadenantes.
- Permitir la realización de actividades normales sin síntomas de asma.

Su proveedor le recetará los medicamentos adecuados para controlar y tratar el asma.

MEDICAMENTOS DE CONTROL (ACCIÓN PROLONGADA)

Estos medicamentos son de uso diario para prevenir síntomas en personas con asma moderada o grave. Incluyen esteroides y betaagonistas de acción prolongada, que se inhalan o se toman por vía oral.

MEDICAMENTOS DE ALIVIO RÁPIDO (RESCATE)

Estos medicamentos se toman durante un ataque de asma o antes de realizar actividad física. Incluyen broncodilatadores de acción corta y corticoesteroides orales.

CUIDADO DEL ASMA EN CASA

- Conozca los síntomas de advertencia.
- Monitoree su flujo máximo.
- Evite desencadenantes.
- Siga su plan de acción para el asma.

EXPECTATIVAS (PRONÓSTICO)

No existe cura para el asma, pero con un buen manejo, la mayoría de las personas pueden llevar una vida normal.

GLOSARIO

AINE: Medicamentos Antiinflamatorios No Esteroideos.