Asma

Introducción

El asma es una enfermedad común de los pulmones que afecta a millones de estadounidenses.

Este sumario le ayuda a entender mejor las causas, los síntomas y las opciones de tratamiento para el asma.

Anatomía

El oxígeno es vital para la vida. Sin oxígeno la muerte ocurre rápidamente.

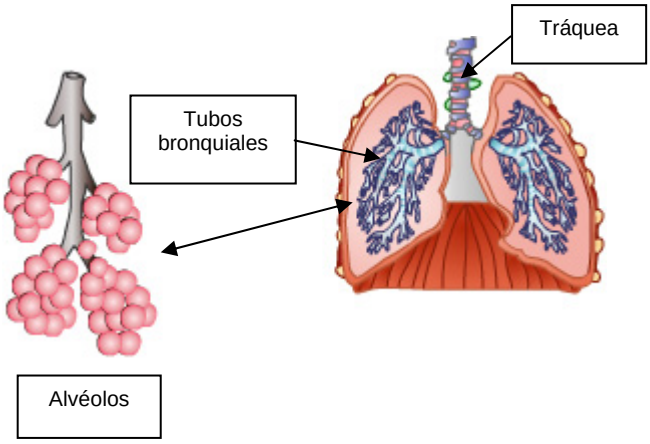
Los pulmones nos permiten llenar nuestra sangre de oxígeno.

El aire que respiramos entra en contacto con la sangre en los pulmones.

La sangre se llena de oxígeno y expulsa el dióxido de carbono, o CO_2, que no necesitamos.

Cuando respiramos, el aire pasa por la boca y la nariz. De ahí pasa al tubo respiratorio, también llamado tráquea.

A través de la tráquea el aire entra en unos tubos más numerosos y pequeños, llamados bronquios.



Hay unas bolsas pequeñas que parecen globos, llamadas alvéolos, al final de los bronquios.

Las paredes de los alvéolos son muy delgadas. Al otro lado de las paredes se encuentran unos vasos sanguíneos pequeños. Las paredes delgadas de los alvéolos

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

©1995-2012 The Patient Education Institute, Inc. www.X-Plain.com id0501s5
Last reviewed: 01/24/2012

permiten que el oxígeno entre a la sangre y también que el CO2 pase de la sangre a los pulmones de donde es expulsado.

Los bronquios más grandes están rodeados de músculos.

El forro interior de los bronquios secreta una sustancia llamada moco que ayuda a atrapar la suciedad en el aire. Este moco es expulsado continuamente de los pulmones.

Los *cilios* son fibras muy pequeñas ubicadas en el exterior de las células pulmonares que expulsan el moco hacia el exterior. Cuando el moco se hace más grande de lo normal, lo expulsamos al toser.

Síntomas y causas

El asma es una condición que dificulta la respiración, causando una sensación de estrechez en el pecho.

Los pacientes con asma son sensibles a ciertos materiales que pueden causar la inflamación del forro interior de los pulmones. Esta hinchazón puede causar estrechez de las vías respiratorias.

La inflamación e hinchazón del forro interior de los pulmones puede causar dificultad para respirar y sensación de estrechez en el pecho.

Los músculos alrededor de los bronquios también pueden apretarse de una manera anormal y provocar más estrechez en las vías respiratorias.

Cuando ocurre un ataque de asma, el forro de los pulmones se inflama rápidamente. Las vías respiratorias se llenan de una mucosidad espesa y los músculos alrededor de los bronquios se aprietan.

El ataque de asma hace que disminuya el flujo de aire a los pulmones. Esto puede ser fatal.

Desencadenantes

Muchas cosas pueden causar la inflamación de los pulmones y la tensión anormal de los músculos. Estas causas se conocen como desencadenantes.

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

©1995-2012 The Patient Education Institute, Inc. www.X-Plain.com id0501s5
Last reviewed: 01/24/2012

Los desencadenantes incluyen sustancias que pueden causar reacciones alérgicas. Pelo o secreciones de animales, moho, polen y polvo son algunos ejemplos de alérgenos. Estos alérgenos pueden provocar un ataque de asma.

Algunas condiciones climáticas extremas, como por ejemplo las temperaturas muy bajas o muy altas, también pueden provocar un ataque de asma.

Partículas presentes en el aire de emisiones de escape de los automóviles u otras sustancias contaminantes y medicamentos, tales como aspirina o ibuprofeno, pueden actuar como factores desencadenantes. Fumar y el humo del cigarrillo de otras personas también son desencadenantes conocidos del asma.

Las comidas con aditivos, como los sulfatos presentes en el vino, también pueden ser desencadenantes. Algunas enfermedades tales como los resfriados pueden provocar un ataque de asma.

El estrés y los momentos de risa o de llanto extremos también pueden afectar los pulmones y causar un ataque de asma.

Diagnóstico

Episodios de dificultad respiratoria y de respiración sibilante frecuentes indican que el paciente puede tener asma.

Después de tomar una historia clínica detallada y escuchar sus pulmones, su médico puede pedirle que se haga un examen especial llamado examen de función pulmonar. Este examen tiene como propósito determinar el nivel de funcionamiento de sus pulmones.

Las medidas de flujo máximo son parte de este examen y es posible que se le pida al paciente que se tome estas medidas por sí solo después de su visita médica. Este examen permite que los pacientes puedan monitorear su propio progreso.

Se le pide al paciente que sople por un tubo. El marcador al costado del tubo indica la velocidad con la cual el aire se exhala de los pulmones.

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

©1995-2012 The Patient Education Institute, Inc. www.X-Plain.com id0501s5
Last reviewed: 01/24/2012

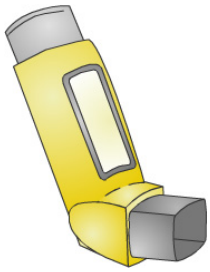
Es posible que se tome una radiografía del pecho para determinar si hay otras enfermedades que presentan los mismos síntomas que el asma.

También pueden hacerse unas pruebas cutáneas para ayudar al paciente a detectar otros posibles desencadenantes.

Opciones de tratamiento

La parte más importante del plan de tratamiento para el asma es la de prevenir ataques severos.

Si ya ha ocurrido un ataque de asma, el tratamiento tendrá como objetivo detener el ataque y restaurar la respiración normal lo más pronto posible. Es importante que los pacientes se monitoreen regularmente la respiración usando las medidas de flujo máximo discutidas anteriormente. Esto permite que se detecten y traten los problemas respiratorios antes de que ocurra un ataque severo.



También es importante controlar los factores desencadenantes. Las medidas preventivas para evitar un ataque de asma incluyen bañar a las mascotas una vez por semana, usar aire acondicionado y deshacerse de artículos caseros que puedan acumular polvo tales como alfombras gruesas, persianas, etc. Evite fumar y el humo del cigarrillo de otras personas.

El uso adecuado de medicamentos es también importante para tratar el asma crónica y prevenir ataques de asma. Tratar el asma crónica usualmente involucra tomar medicamentos que disminuyen la inflamación de los bronquios y la sensibilidad de los pulmones a los alérgenos. Estos medicamentos incluyen corticosteroides, los cuales se pueden administrar en forma de pastilla o con inhaladores. El cromolín y el nedocromil son otros tipos de medicamentos anti-inflamatorios sin esteroides.

Para prevenir o abortar ataques de asma severos, comúnmente se usan los broncodilatadores.

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

©1995-2012 The Patient Education Institute, Inc. www.X-Plain.com id0501s5
Last reviewed: 01/24/2012

La función de estos medicamentos es relajar los músculos de los bronquios. Algunos de estos medicamentos se inhalan y actúan rápidamente. Otros se suelen administrar por vía oral y tardan más en hacer efecto. Aunque el ejercicio puede provocar algunos ataques de asma, hacer ejercicios bajo la supervisión de un médico ayuda a mejorar la salud general de los pulmones, el corazón y el cuerpo.

Los Planes de Acción para el Asma pueden ayudar a simplificar el tratamiento del asma. Consulte con su profesional de la salud sobre el Plan de Acción para el Asma. Usted debe diseñar su propio plan de acción con la ayuda de su profesional de la salud.

Resumen

El asma es una condición crónica de los pulmones que puede ser fatal.

En años recientes, se han hecho avances significativos en el entendimiento y el tratamiento del asma. Conocer más de esta enfermedad y de sus opciones de tratamiento ha ayudado a los pacientes asmáticos a vivir una vida más larga y más sana.

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

©1995-2012 The Patient Education Institute, Inc. www.X-Plain.com id0501s5
Last reviewed: 01/24/2012