

Ataques de asma

Los ataques de asma pueden variar desde leves a potencialmente mortales y es importante conocer cuándo ir al consultorio del médico o al departamento de emergencias para buscar tratamiento.

El asma es una enfermedad de los pulmones frecuente causada por inflamación y estrechamiento de las vías respiratorias. Afecta a niños y adultos. Los síntomas del asma incluyen sibilancia, problemas para respirar, opresión en el pecho y tos. El tratamiento del asma incluye inhaladores y a veces medicamentos orales. Los dos medicamentos más importantes para el asma son los broncodilatadores (que relajan las vías respiratorias) y los corticosteroides inhalados (que reducen la inflamación).

¿Qué es un ataque de asma?

La mayoría de las personas que tienen asma sufren de un empeoramiento temporal de los síntomas en algún momento de la vida, incluso si utilizan los medicamentos de forma correcta. Eso se denomina "ataque de asma". Los ataques de asma pueden variar en gravedad desde un empeoramiento leve de los síntomas que solamente requiere el uso adicional de inhaladores hasta un evento potencialmente mortal que requiere tratamiento inmediato en el hospital. Los desencadenantes de los síntomas de empeoramiento del asma que pueden provocar un ataque de asma incluyen infecciones del tracto respiratorio, como un resfrío, la exposición a alérgenos, como los ácaros de un animal o el polvo, la exposición a un irritante, como el humo de cigarrillo, o a veces el ejercicio intenso.

Qué hacer si tiene un ataque de asma

Si los síntomas son graves y no puede respirar, no puede pronunciar oraciones completas, utiliza muchos músculos del pecho y abdomen para respirar o se siente somnoliento, llame al 911. Mientras espera a los paramédicos, utilice un broncodilatador, específicamente un **agonista beta de acción corta (short-acting beta-agonist, SABA)**, como albuterol, para ayudar a controlar el ataque.

Si los síntomas no son graves, de todos modos es importante utilizar un SABA como primer paso para controlar el ataque. Los SABA generalmente se administran por medio de un inhalador de "rescate". En ocasiones, en lugar de un inhalador se puede utilizar una máquina nebulizadora. El nebulizador convierte el medicamento en un rocío que puede ingresar a los pulmones con menos esfuerzo que el requerido cuando se utiliza un inhalador, y algunos pacientes que tienen mucha dificultad para respirar pueden preferirlo. El tratamiento con SABA puede repetirse cada 20 minutos durante una hora si los síntomas no desaparecen luego del primer tratamiento. No espere para utilizar un SABA cuando siente que va a comenzar un ataque de asma.

Después de la primera hora, el siguiente paso para tratar los ataques de asma de leves a moderados depende de lo buena que

haya sido la respuesta a los SABA. Esto se basa en los síntomas (cómo se siente) y, en algunos casos, en el **flujo espiratorio máximo**, una medida de la rapidez con la que puede soplar el aire fuera de los pulmones. El flujo espiratorio máximo es útil porque algunas personas, especialmente los niños, tienen problemas para evaluar la gravedad de los síntomas. Un medidor del flujo espiratorio máximo no es costoso y puede ser útil para las personas con asma de moderada a grave.

Si los síntomas se resuelven luego de la primera hora, puede seguir utilizando el SABA según sea necesario cada 3 a 4 horas por los siguientes 1 a 2 días. Evite cualquier desencadenante conocido y siga tomando los medicamentos regulares para el asma. Si los síntomas mejoran pero no desaparecen, visite a su médico o vaya a un centro de cuidados de urgencia para un manejo adicional. Si los síntomas no mejoran, busque tratamiento de inmediato; para ello, vaya al departamento de emergencias o llame a los paramédicos.

Hable con su médico sobre desarrollar un plan de acción para el asma personalizado para tratar los ataques de asma.



Siga su plan de acción cuando tenga un ataque de asma.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades
(Centers for Disease Control and Prevention)
www.cdc.gov/asthma/faqs.htm

Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace de Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en www.jama.com. Las traducciones al español están disponibles en la pestaña de contenido complementario. Se publicó una Hoja para el Paciente de JAMA sobre el asma en niños en la edición del 25 de enero de 2012 y una sobre el asma en adultos en la edición del 21 de julio de 2004.

Autora: Dra. Jill Jin, MPH

Fuente: Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre
(National Heart, Lung, and Blood Institute)

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con la condición médica que usted tiene, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.