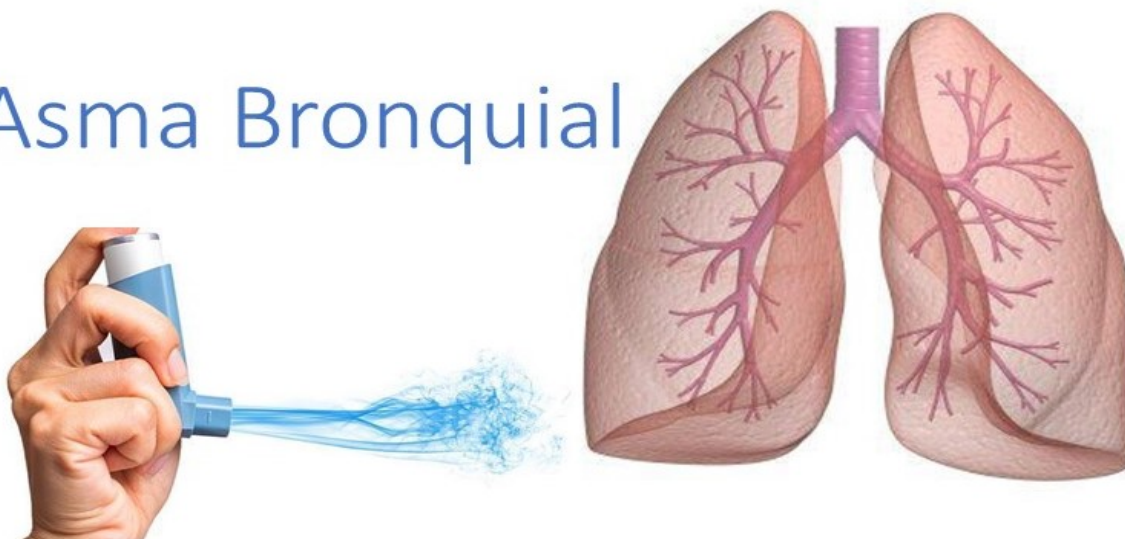




*Corte Suprema de Justicia de la Nación*  
*Secretaría General de Administración*  
*Departamento de Medicina Preventiva y Laboral*

## Asma Bronquial



Qué es, cuáles son los síntomas, cómo se previene y se trata el asma.

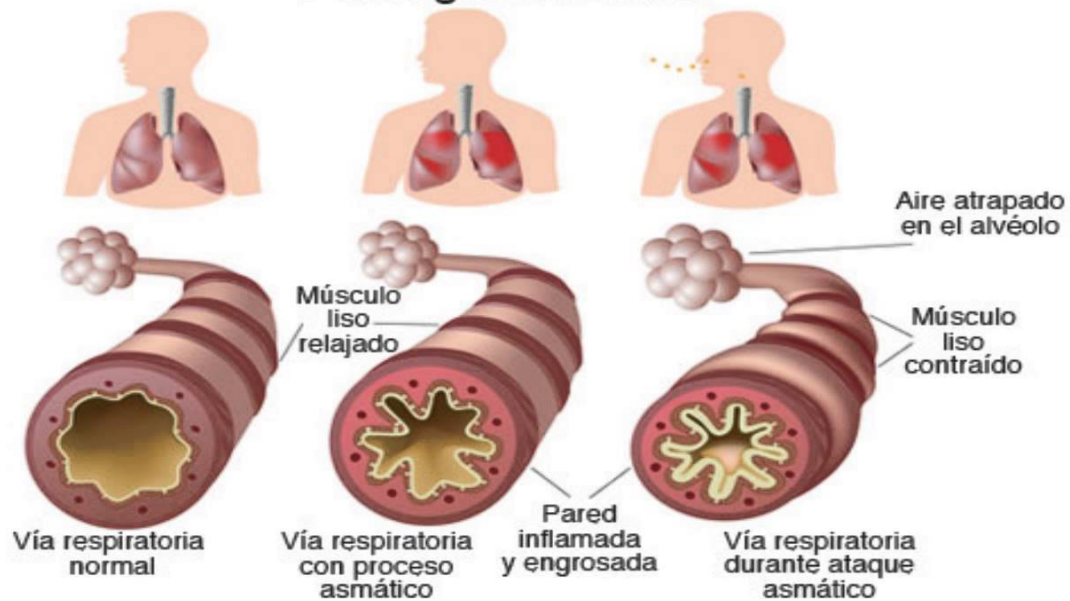
### ¿Qué es?

El asma es una enfermedad crónica de las vías respiratorias que puede afectar a personas de todas las edades, aunque es más frecuente en los niños y en personas que tienen antecedentes personales o familiares de alergia.

Sus síntomas incluyen sensación de pecho cerrado u oprimido, dificultad respiratoria (disnea), tos o silbidos (sibilancias) en el pecho. Los síntomas son variables, cambian de un momento al otro. Esta variabilidad es característica del asma.

Como toda enfermedad crónica, se controla, pero no se cura, sin embargo, quienes la presentan pueden llevar una vida normal si aprenden a controlarla.

## Patología del asma



### ¿Cuáles son las causas?

En las personas con asma, los bronquios se inflaman, aumentando el grosor de sus paredes, se estrechan y aumentan la producción de moco. Esto se produce por una respuesta exagerada a ciertas sustancias o situaciones que llamamos “factores desencadenantes”.

### ¿Cuáles son los factores desencadenantes?

- **INFECCIONES RESPIRATORIAS VIRALES**
- **HUMO DEL TABACO**
- **EXPOSICIÓN A IRRITANTES AMBIENTALES (HUMOS DE COCINA, MATERIAL DE LIMPIEZA, PINTURAS, ETC.) Y A CAMBIOS CLIMÁTICOS**
- **EJERCICIO**
- **ESTRÉS EMOCIONAL**
- **SUSTANCIAS QUE DESENCADENAN PROCESOS ALÉRGICOS, LLAMADOS ALÉRGENOS: POLVO, POLEN, PELOS DE ANIMALES, CIERTOS ALIMENTOS, COLORANTES, ADITIVOS, ETC.**
- **ALGUNOS MEDICAMENTOS COMO LA ASPIRINA**
- **FACTORES HORMONALES (MENSTRUACIÓN, EMBARAZO)**
- **REFLUJO GASTROESOFÁGICO**

Estos factores pueden variar de persona a persona y en la misma persona en distintos momentos. Es importante que cada uno identifique cuáles son los factores que empeoran su asma e intente evitarlos.

## ¿Cuáles son los Tipos de Asma?

La inflamación respiratoria se puede clasificar en función de los **factores desencadenantes**:

- **Asma alérgica.** Ocurre en relación con la exposición a sustancias alérgicas que están en el ambiente (neumoalérgenos) como el polen, los ácaros del polvo, el pelo de animales, los hongos, entre otros. Dependiendo del tipo de alérgeno, los síntomas pueden aparecer en determinadas estaciones del año.
- **Asma no alérgica.** No está relacionada con las alergias y los síntomas pueden aparecer por cambios bruscos de temperatura, infecciones respiratorias virales o bacterianas o exposición a sustancias irritantes.
- **Asma inducida por el ejercicio.** Los síntomas aparecen durante la realización de ejercicio físico o poco tiempo después de finalizar la actividad.
- **Asma ocupacional.** Los síntomas aparecen por la exposición a sustancias propias del lugar de trabajo (como polvo de madera, harinas, metales, resinas plásticas, entre otros.)

Según la frecuencia y la gravedad de los síntomas, se puede clasificar en:

- **Asma intermitente**
- **Asma persistente.** Esta última puede ser de tipo persistente leve, moderada o grave.

Según el nivel de control de los síntomas bajo el tratamiento, se puede clasificar en:

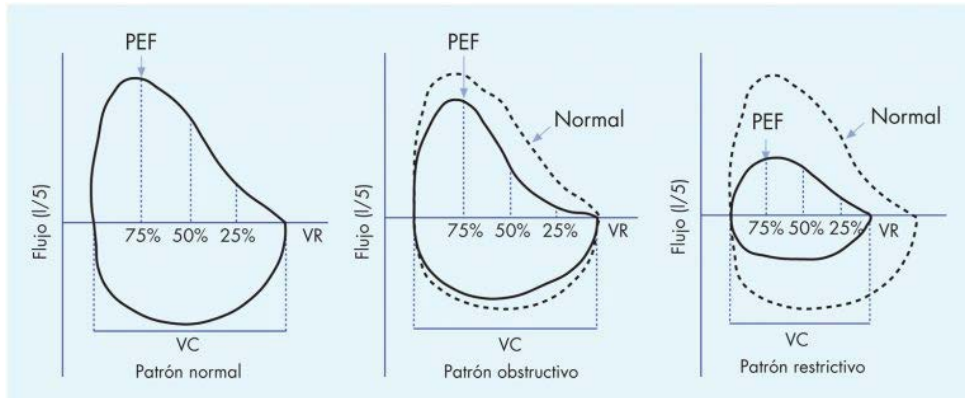
- **Asma bien controlada**
- **Asma parcialmente controlada**
- **Asma no controlada**

## ¿Cómo se hace el diagnóstico?

El diagnóstico de asma se basa en la presencia de los síntomas mencionados, más pruebas de función pulmonar.

La **espirometría** es una prueba no invasiva que mide la capacidad pulmonar mediante el volumen de aire que se espira. Se puede comprobar si existe obstrucción de los bronquios, así como su intensidad.





También se puede medir la variabilidad del flujo máximo, mediante un **pico flujo** (aparato portátil) que permite **constatar la capacidad pulmonar de la persona y estudiar las variaciones.**



### ¿Cuál es el Pronóstico del Asma?

Aunque el asma es considerada una enfermedad crónica, la gran mayoría de los pacientes presentan un buen control de la enfermedad si aplican las medidas de prevención y realizan correctamente el tratamiento inhalado. Únicamente, un pequeño porcentaje de pacientes presentan asma refractaria al tratamiento convencional.

El asma mal controlada da lugar al desarrollo de crisis asmáticas que, en ocasiones requieren internación e incluso pueden comprometer la vida de la persona.

Las complicaciones del asma son:

- **Signos y síntomas que interfieren en el sueño, el trabajo y otras actividades**
- **Días de ausencia al trabajo o a la escuela por enfermedad durante los ataques de asma**
- **Un estrechamiento permanente de los tubos que llevan el aire hacia y desde los pulmones (bronquios), lo que afecta la calidad de la respiración**
- **Visitas a la sala de emergencias y hospitalizaciones por ataques intensos de asma**

- **Efectos secundarios del consumo a largo plazo de algunos medicamentos que se utilizan para estabilizar el asma grave**

Un tratamiento adecuado marca una gran diferencia a la hora de prevenir complicaciones a corto y a largo plazo producidas por el asma.

### **¿Cuáles son las complicaciones agudas?**

Las crisis asmáticas son episodios agudos de aparición o empeoramiento de los síntomas del asma. La gravedad de las crisis es muy variable, desde agudizaciones muy leves que interfieren poco en la actividad cotidiana del paciente, hasta crisis graves que ponen en riesgo su vida. Pueden instaurarse en horas o días, pero en ocasiones, pueden desarrollarse con gran rapidez.

La variabilidad y frecuencia de los síntomas indica que hay un mal control de la enfermedad, lo que supone un mayor riesgo de desarrollar una crisis asmática. De ahí, la importancia de una correcta educación del paciente con asma y de su entorno, para reconocer de forma precoz esta situación y adoptar las primeras medidas terapéuticas.

Ante la presencia de estos síntomas, el paciente debe aplicar el plan de acción que le ha explicado su médico, y si no presenta mejoría debe buscar atención médica en el servicio de urgencias.

### **¿Cuáles son las complicaciones crónicas?**

La mayoría de los pacientes con asma, presentan una buena evolución con el tratamiento convencional. Solo 3-6% de todos los pacientes asmáticos, presentan asma refractaria al tratamiento o también llamada asma grave no controlada.

Los pacientes con asma grave no controlada pueden presentar cambios crónicos en sus vías aéreas, que hacen que su obstrucción ya no sea reversible, presentando así una obstrucción permanente del flujo de aire, lo que produce que tengan más síntomas en su vida cotidiana, como dificultad para respirar haciendo pequeñas actividades, tos crónica y mayor riesgo de presentar infecciones respiratorias y más crisis asmáticas.

Por lo general, requieren dosis altas de tratamiento inhalado, e incluso los glucocorticoides que deben tomar aparte de inhalados de forma oral, aumentan los efectos secundarios de esta clase de medicamentos. Estos pacientes tienen alto grado de discapacidad laboral o escolar y requieren un consumo elevado de los recursos sanitarios.

### **¿Cómo se realiza el tratamiento?**

**Tratamiento preventivo:** Incluye las medidas preventivas y los medicamentos de uso diario si están indicados.

**Tratamiento de rescate:** Es la medicación indicada cuando los síntomas empeoran.

Para un buen manejo del asma, es importante:

- **Si fuma, dejar de fumar.**
- **Conocer los factores desencadenantes.**
- **Conocer los síntomas y cómo controlarlos.**
- **El uso correcto de los inhaladores para el tratamiento.**
- **Recibir las vacunas para la gripe y neumonía.**
- **Reconocer cuándo consultar por guardia evita complicaciones.**

### ¿Cómo se realiza el seguimiento?

Es conveniente realizar consultas periódicas al centro de salud para evaluar el nivel de control del asma, un examen físico detallado y una espirometría cuando sea necesaria.

### ¿Cuándo debes consultar a un médico?

#### Buscar tratamiento de urgencia

Los ataques de asma graves pueden poner en riesgo la vida. Colabora con el médico para determinar qué hacer cuando los signos y síntomas empeoran, y cuándo necesitarás tratamiento de urgencia. Los signos de urgencia por asma comprenden:

- Empeoramiento rápido de la dificultad para respirar o de las sibilancias
- Falta de mejora, incluso después de usar un inhalador de alivio rápido
- Falta de aire cuando haces la mínima actividad física

#### Consultar con el médico

- **Si crees que tienes asma.** Si tienes tos o silbido del pecho al respirar frecuente que dura más de algunos días o si tienes cualquier otro signo o síntoma de asma, ve a ver al médico. Tratar el asma antes de tiempo puede prevenir daño pulmonar a largo plazo y ayudar a evitar que la afección empeore con el paso del tiempo.
- **Para controlar el asma después del diagnóstico.** Si sabes que tienes asma, colabora con tu médico para controlarla. Un buen control a largo plazo ayuda a que te sientas mejor en el día a día y puede prevenir ataques de asma que ponen en riesgo la vida.

- **Si empeoran los síntomas del asma.** Comunícate con el médico de inmediato si te parece que los medicamentos no están aliviando los síntomas o si necesitas usar el inhalador de alivio rápido con mayor frecuencia.

No tomes más medicamentos de los que te han recetado sin consultar primero al médico. El abuso de los medicamentos para el asma puede producir efectos secundarios y empeorar el asma.

- **Para revisar tu tratamiento.** Con frecuencia, el asma cambia con el paso del tiempo. Reúnete con el médico regularmente para hablar sobre tus síntomas y hacer cualquier ajuste necesario al tratamiento.

