

# ASMA

Equipo editorial:

**Dra. Alicia de la Canal**  
**Dr. Pablo Jinich**  
**Dr. Hernán L. Talamoni**

Colección: **PROBLEMAS FRECUENTES**

Director: Dr. Esteban Rubinstein

Editora asociada: Dra. Paula Carrete

 *delhospital*  
ediciones

Diseño gráfico: **Renato Tarditti**

Ilustraciones: **Renato Tarditti**

Diseño de colección: **Adriana Yoel**

IMPRESO EN ARGENTINA

ISBN: 978-987-24029-2-1

de la Canal, Alicia

Asma / Alicia De la Canal ; Pablo Jinich ; Hernán Talamoni ; dirigido por Esteban Rubinstein ; edición a cargo de Paula Carrete. - 1a ed. - Buenos Aires : delhospital ediciones, 2008.

67 p. : il. ; 20x14 cm.

1. Asma. I. Jinich, Pablo II. Talamoni, Hernán III. Rubinstein, Esteban, dir. IV. Carrete, Paula, ed. V. Título

CDD 616.238

Fecha de catalogación: 14/04/2008

Fecha de impresión: abril de 2008

Tirada: 1000

Queda hecho el depósito que dispone la ley 11.723.

Todos los derechos reservados.

Este libro o cualquiera de sus partes no podrán ser reproducidos ni archivados en sistemas recuperables, ni transmitidos en ninguna forma o por ningún medio, ya sean mecánicos o electrónicos, fotocopiadoras, grabaciones o cualquier otro, sin el permiso previo de la Sociedad Italiana de Beneficencia en Buenos Aires.

© delhospital ediciones

Departamento de Docencia e Investigación

Instituto Universitario Escuela de Medicina

Hospital Italiano de Buenos Aires

Sociedad Italiana de Beneficencia en Buenos Aires

**delhospital ediciones**

Gascón 450 1er piso, Departamento de Docencia e Investigación

CABA (1181)

Tel: (005411) 4959-0200 interno 2997

Web: [www.hospitalitaliano.org.ar/docencia/editorial](http://www.hospitalitaliano.org.ar/docencia/editorial)

Mail: [delhospital.ediciones@hospitalitaliano.org.ar](mailto:delhospital.ediciones@hospitalitaliano.org.ar)

# Índice

<b>CONOCER EL PROBLEMA</b>	<b>9</b>
La respiración normal, 11	
Características del asma, 12	
Los síntomas del asma, 14	
Causas del asma, 16	
Diagnóstico del asma, 18	
Clasificación del asma, 20	
El asma en los chicos, 21	
Impacto del asma en la salud, 22	
<b>EL TRATAMIENTO</b>	<b>23</b>
Los medicamentos, 27	
Uso de los medicamentos, 31	
Los dispositivos inhalatorios, 33	
Las medidas preventivas, 38	
El rol del médico en el tratamiento del asma, 39	
<b>EN EL CONSULTORIO</b>	<b>45</b>
<b>MISCELÁNEAS</b>	<b>59</b>
Asma por ejercicio 61	
Terapias alternativas 62	
Psicoterapia 63	
La familia en el contexto del asma moderada a severa, 64	
Asma y alergia 66	

### **Equipo editorial**

**Alicia de la Canal:** Jefa de la Sección Neumonología del Servicio de Clínica Médica del Hospital Italiano de Buenos Aires.

**Pablo Jinich:** médico de familia del Servicio de Medicina Familiar y Comunitaria del Hospital Italiano de Buenos Aires.

**Hernán L. Talamoni:** Neumonólogo Pediatra. Jefe de la Sección de Neumonología Pediátrica del Hospital Italiano de Buenos Aires. Docente autorizado de la Universidad de Buenos Aires.

## **CONOCER EL PROBLEMA**



## La respiración normal

Para entender qué es el asma primero es necesario saber cómo respiramos. La respiración es un proceso por el cual los seres vivos toman oxígeno del ambiente y liberan dióxido de carbono. El oxígeno es fundamental para la vida.

**LOS PULMONES SON LOS ÓRGANOS QUE PERMITEN QUE EL OXÍGENO DEL AIRE LLEGUE A LA SANGRE Y A LOS DISTINTOS ÓRGANOS DEL CUERPO.**

El aire que respiramos entra por la **nariz** y por la **boca**, de allí pasa por varios tubos, la **tráquea**, un tubo grueso y único y, luego, los **bronquios**, que son tubos que se van dividiendo y se hacen cada vez más finos. Al final de los bronquios existen unas pequeñas bolsas, que son como globos, que se llaman **alvéolos**. Las paredes de los alvéolos son muy delgadas y están rodeadas de pequeños vasos sanguíneos. Estas paredes permiten que el oxígeno del aire pase del aparato respiratorio a la sangre y al aparato circulatorio para que se distribuya por todo el cuerpo. A través de las paredes de los alvéolos también se libera el dióxido de carbono que pasa de la sangre hacia el aire, para ser expulsado en la espiración.

Los **bronquios** se encuentran rodeados de tejido muscular y están recubiertos por dentro por células que secretan una sustancia llamada **mucosidad** (o moco) que sirve para atrapar el polvo que está en el aire.

## Características del asma

El **asma** es una enfermedad que afecta los pulmones y se caracteriza por episodios de obstrucción e inflamación de los bronquios que llevan a un aumento de la cantidad y viscosidad de las secreciones bronquiales (moco). Es muy importante comprender que el asma es una **enfermedad inflamatoria**, sin embargo, no es fácil imaginarse a los bronquios inflamados (para ayudar a comprender el fenómeno de la inflamación bronquial podríamos imaginarnos que la pared de los bronquios está toda hinchada). La inflamación y la mucosidad obstruyen los bronquios y reducen el espacio por el que debe entrar y salir el aire. Además, la inflamación predispone a que los bronquios se cierren más fácilmente ante estímulos externos o internos (este fenómeno se llama **hiperreactividad bronquial** y el cierre o estrechamiento transitorio y reversible de los bronquios se denomina broncoespasmo). Todos estos cambios se manifiestan mediante episodios de ahogo o de falta de aire que son típicos del asma y que se repiten periódicamente.

**TODAS LAS PERSONAS CON ASMA TIENEN, EN MAYOR O MENOR MEDIDA, INFLAMACIÓN DE LOS BRONQUIOS. CUANTO MÁS HIPERREACTIVOS SE VUELVEN LOS BRONQUIOS MÁS SE CIERRAN, Y MÁS SÍNTOMAS TIENE LA PER-**

**SONA. ASIMISMO, CUANTO MÁS SE CIERRAN LOS BRONQUIOS MÁS AUMENTA LA INFLAMACIÓN Y EL CUADRO SE PERPETÚA EN UN CÍRCULO VICIOSO.**

—¿EL ASMA NO ES ESO QUE TE AGARRA PORQUE SE TE CIERRAN LOS BRONQUIOS?

—NO ES QUE SE TE CIERRAN: ESTÁN SIEMPRE INFLAMADOS, SON HIPER-REACTIVOS, Y POR ESO SE CIERRAN DE VEZ EN CUANDO.

—¡AH! ¡QUÉ FÁCIL! AHORA ENTIENDO PERFECTAMENTE.



## Los síntomas del asma

Los **síntomas más comunes** del asma son:

- Sensación de falta de aire o de ahogo.
- Respiración entrecortada.
- Sensación de opresión en el tórax.
- Presencia de ruidos al respirar (son como chiflidos o aullidos de gato que se denominan sibilancias).
- Tos.

Las personas con asma pueden tener algunos o todos estos síntomas y desarrollarlos en forma episódica (de vez en cuando) o en forma continua (todos los días, o casi todos los días). Los síntomas también pueden variar francamente entre el día y la noche y es común que sean más molestos a partir de la tarde y durante la noche. Un término que se usa mucho en relación con el asma es la palabra "crisis"; en realidad, una crisis es la presencia de síntomas, pero habitualmente solemos referirnos a las crisis como a momentos en los que los síntomas son severos o importantes y hacen que la persona tenga que pedir ayuda en una guardia o en un hospital.

**LAS PERSONAS CON ASMA PUEDEN TENER SÍNTOMAS TODOS LOS DÍAS, ALGUNOS DÍAS, O MUY DE VEZ EN CUANDO. COMO LA ENFERMEDAD ES VARIABLE, UNA MISMA PERSONA PUEDE TENER DURANTE UN PERÍODO FALTA DE AIRE Y SIBILANCIAS TODOS LOS DÍAS, EN OTRO MOMENTO DE SU VIDA NO TENER NINGÚN TIPO DE SÍNTOMAS Y EN OTRO PERÍODO TENER SÍNTOMAS RELATIVAMENTE FRECUENTES (POR EJEMPLO, UNA VEZ POR SEMANA).**

Existen otras enfermedades que pueden provocar estos síntomas, pero la característica fundamental del asma es que los **síntomas** son **reversibles** (mejoran y hasta desaparecen solos, o cuando se usan remedios) y que **reaparecen periódicamente**. Esta característica de volver a aparecer, ir y venir, molestar y dejar de molestar, es lo que determina que el asma se defina como una **enfermedad crónica**. La palabra crónica es compleja, pero no quiere decir necesariamente que se trata de algo grave, sino de algo persistente (como veremos más adelante, hay asma leve, moderada y grave). Una forma de entender la palabra crónica en relación con las enfermedades es que por el momento no existe un tratamiento curativo sino que existe un tratamiento que puede controlar los síntomas en forma muy eficaz.

**EL ASMA APARECE EN FORMA DE ATAQUES O CRISIS QUE PUEDEN COMENZAR EN CUALQUIER MOMENTO DE LA VIDA. EN LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS SE INICIA EN LA INFANCIA. EN ALGUNOS CASOS, LA ENFERMEDAD MEJORA O DESAPARECE EN LA ADOLESCENCIA, Y EN OTROS PERSISTE HASTA LA EDAD ADULTA O DURANTE TODA LA VIDA.**



—PERO DR., ¿POR QUÉ ME DICE QUE SOY ASMÁTICA SI A MÍ SOLO ME AGARRA BRONCOESPASMO EN LA PRIMAVERA?

## Causas del asma

La causa del asma es desconocida. Existen varias hipótesis que sugieren que se produce como resultado de una **interacción** entre el **ambiente** que rodea a cada individuo y sus **características genéticas** (no todas las personas desarrollan asma sino aquellas que están genéticamente predispuestas). La hipótesis más aceptada es que la hiperreactividad bronquial deriva de la inflamación inducida por una **reacción alérgica crónica**; en ese sentido, la mayoría de las personas con asma tienen una historia personal o familiar de enfermedades alérgicas, como la rinitis crónica o la urticaria.

Se sabe que hay algunos **factores** (llamados **causales** o **inductores**) que hacen que las personas predispuestas desarrollen asma. Estos factores son:

- Los agentes irritantes (alergenos) como polen, hongos, pelos de animales, etc.
- Los alergenos del interior de los hogares como ácaros, cucarachas, hongos.
- El cigarrillo.
- Algunos productos químicos.
- Algunos elementos usados en la preparación de alimentos y remedios.

- La polución ambiental.
- Las infecciones respiratorias.
- El aire frío.
- El ejercicio.
- Algunos remedios como los betabloqueantes, la aspirina y los analgésicos comunes.
- El reflujo gastroesofágico.
- El estrés.