

- **Controlar su medio ambiente.** Después que usted y su alergista hayan identificado los factores que desencadenan un ataque de asma, puede explorar las estrategias para eliminar o reducir los desencadenantes del asma en su medio ambiente. Esto podría incluir dejar de fumar y evitar los medios ambientes con mucho humo y contaminados, evitar la exposición a los resfriados y a otras enfermedades respiratorias; y eliminar o reducir la exposición a ciertos alérgenos.



- **Monitorizar su afección.** Su alergista monitorizará regularmente su función pulmonar y otros factores de salud para determinar el estado de su asma y la eficacia de su plan de tratamiento. En algunos casos, el alergista puede mostrarle cómo utilizar un dispositivo llamado “flujómetro” y solicitarle que tome las lecturas de su función pulmonar en su hogar.



¿Qué puedo esperar del tratamiento?

Las buenas noticias son que, con el diagnóstico y el tratamiento apropiado suministrado por el especialista en asma, la mayoría de las personas con la enfermedad pueden llevar estilos de vida normales. Con el tratamiento apropiado, usted puede esperar lo siguiente:

- Dormir toda la noche sin episodios perjudiciales de tos, y despertar por la mañana con el pecho despejado.
- Evitar “ataques” agudos de asma, y eliminar la necesidad de visitar la sala de urgencia o una hospitalización debido a su asma.
- Prevenir días de ausencia en el trabajo o escuela debido al asma.
- Llevar una vida normal, que incluya actividades físicas plenas.

ACAAI American College
of Allergy, Asthma
& Immunology
Follow the Leader Into the Future
Colegio Americano de Alergia, Asma e Inmunología
Siga al líder hacia el futuro

This program is supported by
AstraZeneca
Este programa se realiza con el apoyo de AstraZeneca

SE LE HA REFERIDO A UN ESPECIALISTA EN ASMA...



...HE AQUÍ LO QUE DEBE ESPERAR

Se le ha referido a un alergista porque usted tiene — o puede tener — asma. El profesional de salud que le refirió desea que usted reciba el diagnóstico más exacto y tratamiento experto para el asma.

Los alergistas son médicos que cuentan con capacitación avanzada y experiencia en el diagnóstico y tratamiento del asma y de las alergias. Un alergista colaborará con usted para determinar si su caso es de asma, cuán grave puede ser, los factores que pueden desencadenar un episodio o “ataque,” y un curso de tratamiento para eliminar o controlar los síntomas del asma.

¿Qué es el asma?

El asma es una enfermedad crónica de los pulmones en la cual las paredes de las vías respiratorias se inflaman y se hinchan, y los espasmos musculares restringen el flujo de aire hacia los pulmones. El asma es una afección relativamente frecuente, y la incidencia de la enfermedad ha aumentado en años recientes. Actualmente, se calcula que más de 20 millones de estadounidenses — incluso 6 millones de niños — tienen la enfermedad.

Si usted tiene asma, sus síntomas pueden incluir dificultad para respirar, una sensación de congestión en el pecho, tos y respiración sibilante (resuellos). Algunas veces, una tos crónica es el único síntoma, y muchos casos de la enfermedad pasan inadvertidos sin diagnóstico. Los síntomas del asma se observan con mayor frecuencia durante la noche y en la mañana, pero los ataques de asma pueden ocurrir en cualquier momento. Los síntomas pueden incluir desde incomodidad leve hasta ataques que ponen en peligro la vida debido a que la respiración cesa completamente.

Afortunadamente, con los nuevos medicamentos y otros tratamientos, un alergista puede diseñar un plan para manejar la enfermedad que evitará síntomas graves en la mayoría de pacientes y les permitirá llevar una vida normal y activa.



¿Qué causa el asma?

No obstante que no se comprenden completamente las causas del asma, existen varios factores que se reconocen como desencadenantes de ataques de asma, tales como:

- La exposición a los alérgenos — sustancias que causan reacciones alérgicas en algunas personas. Entre los alérgenos comunes se incluyen el polen, el polvo, el moho, las plumas, la caspa de animales y algunos alimentos.
- Irritantes en el aire tales como el humo, la suciedad, los gases y los olores.
- Las infecciones respiratorias tales como los resfriados, la bronquitis, la sinusitis, la gripe u otras enfermedades.
- El ejercicio — no obstante, las personas con asma se pueden beneficiar de programas de ejercicio con un tratamiento previo y la monitorización adecuada.
- Estrés emocional.
- El clima frío, con vientos fuertes o los cambios repentinos en el estado del tiempo.



¿Cómo se diagnostica el asma?

Al visitar a un alergista puede esperar que el médico:

- Tome un historial médico detallado.
- Le pregunte sobre sus ataques, con qué frecuencia ocurren y qué parece desencadenarlos.
- Lleve a cabo un examen físico minucioso.
- Realice pruebas especiales tales como una espirometría y una flujometría, las cuales miden la fortaleza de sus pulmones.
- Quizá solicite otros exámenes adicionales si fuesen necesarios, tales como radiografías de tórax, exámenes de sangre o pruebas de alergias.

¿Cómo se trata el asma?

Si le diagnostican asma, usted y su alergista trabajarán conjuntamente para diseñar un plan que le permita manejar y controlar la enfermedad. No obstante que no hay cura para el asma, existen diversas acciones a tomar que pueden prevenir o controlar sus síntomas, tales como:

- **Tomar medicamentos.** La prescripción y el uso apropiado de medicamentos para el asma son cruciales para el manejo exitoso del asma. Los medicamentos que le recete su médico dependerán de la frecuencia y gravedad de su asma y de los factores que desencadenen o agraven sus síntomas. Algunos de los medicamentos que se utilizan para el tratamiento del asma son:

Medicamentos antiinflamatorios reducen la inflamación en las vías respiratorias, mejoran la función pulmonar y actúan para prevenir los ataques de asma. Entre los medicamentos antiinflamatorios más modernos y recetados con mayor frecuencia se encuentran los corticosteroides. Algunos de estos medicamentos se administran por inhalación y otros se toman por vía oral.

Bronquodilatadores son medicamentos que se inhalan o se toman por vía oral para relajar los músculos y abrir las vías respiratorias. Estos medicamentos a menudo se conocen como “rescatadores” debido a que alivian los síntomas y mejoran la respiración durante un ataque de asma.

Inmunoterapia o vacunas antialérgicas pueden ser útiles para algunos pacientes cuya asma se desencadena por causa de alérgenos. La inmunoterapia aumenta la tolerancia del paciente contra los alérgenos que provocan los síntomas del asma.

Anti-IgE es un tratamiento de introducción reciente que detiene las reacciones alérgicas antes de que comiencen, y ayuda a prevenir ataques mediante el bloqueo del anticuerpo que causa la reacción. El tratamiento está aprobado para pacientes que ya hayan cumplido los 12 años de edad y que padezcan de asma alérgica moderada a aguda.