

# Asma

Los niños con asma pueden tener ataques reiterados durante los cuales experimentan sibilancia, tos y dificultad para respirar. Además de tomar la medicación para tratar los ataques, algunos niños necesitan tomar medicinas diariamente para prevenir los síntomas. Usted recibirá un plan de acción, el cual incluye instrucciones de cómo tratar los ataques de asma en su hogar. Si su niño tiene un ataque severo o si el tratamiento no es efectivo, llame a nuestro consultorio o acuda a la sala de emergencia.

## ¿Qué es el asma?

El asma es una enfermedad crónica que causa inflamación (hinchazón y espasmo) de las vías respiratorias, lo cual provoca un estrechamiento de los tubos bronquiales. Esto puede producir ataques de sibilancia (sonidos agudos provenientes de los pulmones), tos y dificultad para respirar.

La causa del asma se desconoce. Probablemente involucra una combinación de factores hereditarios y ambientales. Hay muchos factores que pueden desencadenar un ataque de asma, entre ellos los resfriados y otras infecciones, las alergias, el ejercicio físico, fumar, la polución del aire, los perfumes y el aire frío o seco.

El asma afecta aproximadamente al 12% de los niños estadounidenses y la incidencia parece estar aumentando. Cerca del 80% de los niños con asma sufren el primer ataque antes de los seis años de edad. El asma infantil es un problema de salud grave, que tiene como consecuencia numerosas visitas a las salas de emergencia y a consultorios, y ausentismo escolar. Sin embargo, con el tratamiento adecuado, muy pocos niños mueren de un ataque asmático.

- *La sibilancia en los niños pequeños resfriados* es bastante común. Muchos de los niños que presentan este tipo de sibilancia no tienen asma.
- *El asma intermitente* es aquella en la cual los ataques no ocurren muy a menudo. Tal vez su niño requiera tratamiento únicamente en el momento del ataque de asma.
- *El asma persistente* es aquella en la que los ataques ocurren muy frecuentemente. Es probable que su niño requiera tratamiento diario con algún tipo de medicación para controlar el asma.

## ¿Cómo se presenta el asma?

- Durante los ataques de asma, su niño puede toser o tener sibilancias (sonidos agudos provenientes de los pulmones). El asma puede presentarse con síntomas tan leves que es posible que usted no se dé cuenta de que su niño está teniendo un “ataque”.

- Se puede presentar opresión del pecho y dificultad para respirar, especialmente en los niños de más edad.
- Los síntomas pueden empeorar durante la noche.
- Tos y/o sibilancia debido a la actividad física.
- Tos sin estar resfriado, especialmente durante la noche.

Durante los *ataques de asma severos*, puede notar que el pecho del niño se hunde, las costillas son protuberantes (retracciones), el estómago sube y baja y las aletas de la nariz se dilatan. *¡Esto constituye una emergencia!* Lleve al niño a la sala de emergencia inmediatamente.

## ¿Cuál es la causa del asma?

El asma es causada probablemente por una combinación de factores hereditarios y ambientales. Una vez que el asma está presente, los ataques pueden ser precipitados por varios factores, tales como:

- Resfriados y otras infecciones.
- Alérgenos a los cuales su niño es sensible.
- Ejercicio físico.
- Cualquier cosa que irrite las vías respiratorias, tales como el humo del cigarrillo, la polución del aire, los perfumes y el aire frío o seco.

## ¿Qué pone a su niño en riesgo de volverse asmático?

- Si usted u otros miembros de su familia tienen asma, es posible que su niño corra un riesgo mayor.
- Alergias.
- Eczema (dermatitis atópica): una erupción de la piel causada por alergias.
- Episodios de sibilancias.
- El humo del cigarrillo (humo de segunda mano).
- El asma es más común en los niños que en las niñas.
- El asma tiende a ser más severa en los niños de origen afro-americano.

## ¿Puede prevenirse el asma?

*Para reducir el riesgo de desarrollar asma:*

- No fume durante o después del embarazo.
- Dé pecho al niño durante varios meses después del parto, como mínimo.
- Las vacunas *no* aumentan el riesgo de tener asma. Su niño debe recibir todas las vacunas recomendadas en la

infancia, entre ellas la vacuna anual contra la influenza (vacuna contra la gripe), a no ser que su niño sea alérgico a los huevos.

*Para reducir el riesgo de ataques de asma:*

- Elimine o reduzca la exposición a cosas que precipitan los ataques de asma, tales como los alérgenos e irritantes como el humo del cigarrillo, la polución ambiental o los perfumes.
- Siga el plan de acción designado para su niño así como otros tratamientos que le hayan recomendado. Una intervención pronta en el hogar puede evitar que el ataque de asma se intensifique.
- Trate aquellas enfermedades comúnmente presentes con el asma, tales como la fiebre del heno (rinitis alérgica) y la sinusitis. Trate el reflujo gastroesofágico (GERD).
- Evite que su niño juegue en áreas húmedas o mohosas (sótanos, por ejemplo).
- Mantenga el polvo casero bajo control.
- Si tiene un animal doméstico, sométalo a un estudio para determinar si su hijo es alérgico al animal.

### ¿Cuáles son las posibles complicaciones del asma?

Los ataques severos de asma pueden causar complicaciones serias. Los riesgos se intensifican si el ataque ha sido tan intenso que haya requerido hospitalización y ventilación mecánica. Los adolescentes pueden correr un riesgo mayor.

*Las siguientes situaciones son emergencias:*

- ! ● Neumotórax (filtración del aire de los pulmones al pecho), que causa intenso dolor en el pecho.
- ! ● Obstrucción severa de las vías respiratorias, que puede causar fallo respiratorio. Si su niño tiene dificultad para respirar y para hablar o está ansioso, acuda a la sala de emergencia inmediatamente.

A largo plazo, el asma puede producir una enfermedad respiratoria crónica. Un tratamiento adecuado reduce este riesgo.

### ¿Cómo se trata el asma?

El tratamiento de su hijo dependerá de la frecuencia y severidad de los ataques de asma o de los síntomas. Según la severidad, su niño puede requerir chequeos y exámenes frecuentes de la función pulmonar.

Se debe implementar un plan de acción si el asma de su hijo es un problema significativo. El plan le indicará cómo tratar el asma en situaciones diferentes, por ejemplo, cómo manejar los ataques de asma. Aun si los ataques son ligeros, su niño puede requerir tratamiento.

Su hijo puede recibir un medidor del flujo respiratorio. Éste es un aparato sencillo que puede indicarle qué tan severo es el ataque de asma y si el tratamiento controla el asma de su niño o no.

- *Asma intermitente.* Si el niño solamente tiene ataques muy rara vez, seguramente su médico le ordenará un inhalador con una droga beta-agonista de “acción corta”, como albuterol. Este inhalador, que ayuda a mantener abiertos los tubos bronquiales, se usa únicamente durante los ataques de asma. Si las sibilancias o la tos ocurren varias veces a la semana, tal vez su niño sufra de asma persistente.

- *Asma persistente.* Además del inhalador de acción corta, su niño recibirá una medicina que le ayudará a prevenir los ataques. Esas medicinas antiinflamatorias deben usarse diariamente, así su niño tenga dificultades respiratorias o no. Las drogas para el tratamiento del asma persistente incluyen:

- *Esteroides inhalados.* La administración de esteroides por medio de un inhalador previene muchos de los efectos secundarios de los esteroides orales. Si se administran dosis altas por un tiempo prolongado, los esteroides inhalados pueden interferir temporalmente con el crecimiento del niño. Sin embargo, probablemente no afectarán la estatura definitiva. El uso de esteroides inhalados puede causar infecciones en la boca (Candidiasis). El niño debe lavarse la boca después de tomar los esteroides inhalados. Éstas son las drogas más efectivas para el asma administradas por medio de inhalación.

- *Antileucotrienos.* Estas medicinas, tales como el Singulair (nombre genérico: montelukast), previenen la secreción de sustancias que causan inflamación. Pueden ayudar a disminuir la dosis de los esteroides inhalados requerida por su hijo.

- *Agonistas beta de larga duración.* Estas medicinas, tales como el Serevent (nombre genérico: salmeterol), ayudan a mantener abiertos los tubos bronquiales durante un período más prolongado.

- *Esteroides orales.* Si el asma persistente empeora o si los ataques se reiteran, su niño puede requerir esteroides orales. Si se usan por períodos cortos (5 a 10 días), los esteroides orales no interfieren con el crecimiento ni causan otros efectos secundarios importantes.

- *Inmunoterapia.* Algunos niños asmáticos, especialmente aquellos cuya enfermedad es difícil de controlar, pueden beneficiarse de “inyecciones contra alergias”. Éstas son efectivas únicamente si el niño es alérgico a alérgenos específicos.

### ! ¿Cuándo debo llamar a su consultorio?

Llame a nuestro consultorio siempre que tenga preguntas acerca del asma de su hijo, como por ejemplo:

- Si el niño desarrolla síntomas de asma nuevos o frecuentes.
- Si el flujo pulmonar está a un nivel considerado peligroso.

*Las siguientes situaciones son emergencias.* Lleve a su hijo directamente a la sala de emergencia: !

- Si el niño tiene dificultad para respirar o para hablar o si está ansioso.
- Si el niño tiene un ataque de asma que no mejora con el tratamiento o si empeora a pesar del tratamiento.
- Si el niño tiene retracciones en el pecho (el pecho se hunde, el estómago baja y sube) o si hay síntomas de neumotórax (dolor intenso y agudo en el pecho).