

APUNTES Bicos



Tiene asma, ¿qué hacer?

Dificultad para respirar, tos, pitiditos... Si estos síntomas aparecen en los más pequeños, es muy probable que estemos ante un episodio de asma. Consulte con su pediatra y siga sus indicaciones, a pesar de ser una dolencia crónica, se puede controlar respetando las pautas.

El asma es una enfermedad crónica en la que se inflaman las vías del aparato respiratorio. Esta inflamación provoca un estrechamiento del paso del aire a través de los bronquios y así produce episodios repetidos de dificultad para respirar, sibilancias (sonido parecido a un pitido que hace el aire al pasar por las vías aéreas congestionadas) y tos. Esta obstrucción del flujo aéreo es reversible espontáneamente o con tratamiento.

Para diagnosticar el asma, según indica Francisco Contreras Martínón, médico de familia, es suficiente con realizar una completa historia clínica y obtener una exploración física que sea compatible con ella. "Una vez hecho el diagnóstico, disponemos de pruebas comple-

mentarias, como la espirometría, que determinan la función respiratoria", afirma Contreras. Para realizar estas pruebas el niño debe de colaborar porque su realización es dificultosa hasta los 5 ó 6 años de edad. En los más pequeños el diagnóstico lo realizamos fundamentalmente con la historia clínica, aunque en algunas unidades especializadas es posible realizar pruebas complementarias.

Los síntomas de asma frecuentemente se desarrollan durante los primeros años de vida. El asma bronquial es la enfermedad crónica más frecuente en niños menores de tres años, "Aunque no se conoce con exactitud cuál es la causa del asma, lo que sí sabemos que se relaciona con diferentes factores: la atopia (tendencia hereditaria a pre-



**Francisco Contreras
Martín**

Médico de Familia



Al tratarse de una
dolencia crónica es
necesario controlar los
desencadenantes



Medicamentos recomendados

- **Medicinas de control de la enfermedad a largo plazo:**
Controlan la aparición de los síntomas mediante la disminución de la inflamación de las vías respiratorias. No proporcionan un alivio rápido de los síntomas, tratan de prevenir que aparezcan los síntomas.
- **Medicinas de acción rápida:**
Todos los pacientes que sufren asma necesitan medicinas de alivio rápido para aliviar los síntomas. Estas medicinas actúan rápidamente para relajar los músculos que rodean las vías respiratorias durante una crisis. Se toman cuanto aparecen los síntomas. Si se utilizan con frecuencia (más de dos días por semana) deberemos comentárselo al pediatra porque es posible que necesitemos cambios en el manejo de la enfermedad. Del mismo modo que si no mejora su sintomatología tras la administración de las medicinas.



sentar alergias, el eccema atópico es su forma de presentación más frecuente), presencia de asma en el padre o en la madre, ciertas infecciones respiratorias, contacto o exposición a algunos agentes del aire o sufrir algunas infecciones virales en los primeros meses o años de vida (cuando el sistema inmunitario se está desarrollando) y ambiente familiar con exposición al humo del tabaco.

De otro lado, según apunta el profesional, existen diversos factores que desencadenan y empeoran los síntomas del asma: el polen, la contaminación, el pelo de algunos animales o el ejercicio físico, entre otros.

El asma, como enfermedad crónica, durará mucho tiempo. El objetivo es controlar esta dolencia, para ello es importante: prevenir los síntomas crónicos y molestos, como la tos y la dificultad para respirar, disminuir la necesidad de usar medicación de alivio rápido, mantener los pulmones con un correcto funcionamiento, hacer vida normal durante el día y dormir toda la noche y prevenir ataques de asma que precisen acudir al servicio de urgencias o incluso hospitalización.

Recomendaciones cuando un niño es diagnosticado de asmático:

- Evitar las factores que le empeoren el asma.
- Colaborar con el pediatra y con otros profesionales de la salud para crear y seguir un plan de acción contra el asma para el caso particular de cada niño.
- Realizar un seguimiento domiciliario del estado del niño.
- Debemos tener claro cuándo hay que llamar al pediatra o llevar al niño al servicio de urgencias.