



Grover Medical Group  
A Division of the Santa Cruz Medical Foundation

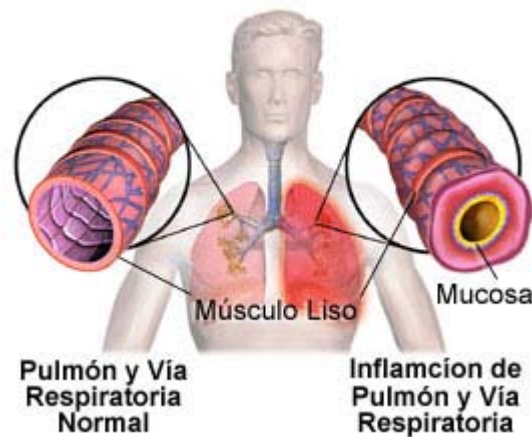
**Nombre del Paciente:** Samantha May  
**Nombre del Profesional Médico:** Brenda Casey, RN

## ASMA

### INFORMACIÓN GENERAL:

#### ¿Qué es?

- El asma es una enfermedad a largo plazo que causa irritación, mucosidad e hinchazón en los conductos respiratorios de los pulmones. Aunque se sienta bien, usted, puede presentar algo de hinchazón en los conductos respiratorios a toda hora. Sus conductos respiratorios también pueden disminuir de tamaño causándole dificultad para respirar y sibilancia. La sibilancia es el sonido agudo como un silbido, que se escucha, al respirar. Un ataque de asma se presenta cuando sus conductos respiratorios se angostan, dificultándole la respiración. Los ataques de asma son llamados brotes, exacerbaciones o episodios.
- El asma no es curable, pero con el tiempo y con la ayuda de su médico, puede ser controlada. Los medicamentos pueden controlar la hinchazón de los conductos respiratorios. Usted aprenderá a alejarse de las cosas que molestan sus conductos respiratorios, tales como, el humo del tabaco. Su asma puede cambiar con el tiempo. Usted puede desarrollar nuevas alergias o su asma puede mejorar o empeorar. Si su asma experimenta cambios, puede ser necesario que los médicos hagan cambios en su tratamiento. El control de su asma le permitirá realizar sus actividades cotidianas. El asma puede ser manejada y usted podrá llevar una vida normal.



**Causas:** Las siguientes pueden ser las posibles causas de un ataque de asma.

- Polución en el aire.
- Los animales.
- El clima frío
- El polvo.

- El ejercicio.
- Los alimentos.
- Las infecciones pulmonares.
- El moho.
- El polen.
- El humo.
- El estrés.

**Signos y síntomas:** La mayoría de las personas que sufren de asma, reciben señales de alerta antes de presentar los síntomas. Estos signos de alerta pueden no ser iguales para todas las personas. Sus propios signos de alerta pueden ser diferentes cada vez. Cuando aprenda a reconocer sus signos de alerta, usted puede empezar su tratamiento más temprano. Esto puede evitarle a usted, un ataque de asma demasiado severo. Los siguientes son algunos de los signos de alerta del asma o los signos de un ataque de asma.

- Respiración más rápida de lo normal.
- Dificultad para respirar.
- Tos que empeora en la noche o temprano en la mañana.
- Caída en la lectura de su flujo máximo.
- Ritmo cardíaco acelerado.
- Aturdimiento.
- Dolor, picazón o irritación en la garganta.
- Falta de aliento.
- Sensación de opresión en el pecho.
- Cansancio.
- Sibilancia (respiración ruidosa).

#### ¿Cuáles son los 4 niveles del asma?

- **Intermitente:** Este es el nivel menos severo del asma. En este nivel, una persona presenta los síntomas del asma 2 veces por semana como máximo. También se despertará de noche con los síntomas del asma hasta 2 veces al mes como máximo. Un ataque de asma puede durar desde unas pocas horas hasta unos pocos días. Una persona en este nivel no presentará síntomas entre los ataques de asma. Entre los ataques de asma el flujo máximo de expiración es normal. Este flujo es la medida máxima del aire que fluye a los pulmones o sale de ellos. Un medidor de flujo máximo es usado para conseguir la lectura del flujo máximo expiratorio. Las cifras de esta lectura pueden tener una variación menor al 20%.
- **Persistente benigno:** Una persona en este nivel presenta los síntomas del asma más de 2 veces a la semana pero no todos los días. También presentará los síntomas del asma nocturna más de 2 veces al mes. Un ataque de asma puede disminuir las actividades diarias de la persona. Las cifras de la lectura del flujo máximo de expiración pueden tener una variación entre el 20% y el 30%.
- **Persistente moderado:** Una persona en este nivel presenta los síntomas del asma todos los días. Deberá usar medicamento inhalado de acción rápida, todos los días. Esta persona tendrá síntomas

nocturnos de asma 1 vez por semana aproximadamente. Los ataques de asma se presentan al menos 2 veces por semana y duran varios días. En este nivel, los ataques de asma dificultan las actividades cotidianas de la persona. Las cifras de la lectura del flujo máximo de expiración pueden tener una variación superior al 30%.

- **Persistente severo:** Este es el nivel más serio del asma. Una persona en este nivel presenta los síntomas del asma a toda hora. Estos síntomas limitan la actividad física de la persona. Los ataques de asma son tan frecuentes como, los síntomas nocturnos. Las cifras de la lectura del flujo máximo de expiración, pueden tener una variación superior al 30%.

**Cuidados:** Usted y su médico elaborarán un plan para tratar su asma. Usted puede necesitar cualquiera o todo lo siguiente, para controlar su asma:

- Pruebas de alergia.
- Medicamentos para controlar la inflamación de sus conductos respiratorios. A continuación se encuentran los 2 grupos de medicamentos para controlar el asma.
  - **Medicamentos de control a largo plazo.** Estos medicamentos se toman diariamente para controlar el asma persistente, disminuyendo la inflamación. La inflamación se presenta cuando sus conductos respiratorios se hinchan y se comprimen. Este grupo de medicamentos, pueden también evitar que comience la inflamación de los conductos. Los esteroides inhalados se usan para disminuir la inflamación. Este medicamento se coloca en un inhalador a través del cual, usted respira.
  - **Medicamentos de alivio inmediato.** Este medicamento se aplica para destapar rápidamente sus conductos respiratorios y para tratar otros síntomas. Estos síntomas pueden ser opresión en el pecho, tos, silbidos o falta de aliento. Los medicamentos de alivio inmediato son los broncodilatadores, los cuales, relajan los músculos que se han apretado alrededor de los conductos respiratorios, abriéndolos, para que usted respire mejor.
- Uso **correcto** del medidor de flujos máximos. Este medidor es un aparato que sirve para comprobar la forma como se desplaza el aire al salir de sus pulmones. El medidor de flujos máximos se utiliza para el chequeo de su asma y para saber si, hay una reducción en sus conductos respiratorios en los días anteriores a la aparición de los síntomas. El uso **correcto** de este medidor le ayudará a monitorear y a manejar mejor su asma. Pídale a su médico el folleto (CareNotes™) relacionado con el medidor de flujos máximos.



- Aprenda a reconocer los signos que indican que su asma está empeorando y también, lo que debe hacer para detener un ataque de asma.
- Generalmente, usted puede cuidarse a sí mismo en su hogar durante un ataque de asma. Si su respiración no mejora con los medicamentos y el tratamiento, puede ser necesario que se traslade al hospital. El tratamiento puede incluir oxígeno, medicamentos y terapia respiratoria.

**Apoyo emocional:** Usted puede sentir temor, confusión o ansiedad porque padece de asma. Puede culparse

a sí mismo y pensar que esta enfermedad, es por algún error que usted cometió. Sentirse en esta forma es normal. Hable con su médico o con alguien cercano a usted, sobre la forma en que usted se siente. Pregúntele a su médico sobre los grupos apoyo conformados por personas que sufren de asma. Para mayor información, llame o escriba a los siguientes grupos:

- American Academy of Allergy, Asthma, and Immunology  
611 East Wells Street  
Milwaukee, WI 53202  
Phone: 1-800-822-ASMA  
Web Address: <http://www.aaaai.org>
- American College of Allergy, Asthma, and Immunology  
85 West Algonquin Road, Suite 550  
Arlington Heights, IL60005  
Phone: 1-800-842-7777  
Web Address: <http://allergy.mcg.edu>
- Asthma and Allergy Foundation of America  
1233 20th Street NW, Suite 402  
Washington, DC 20036  
Phone: 1-800-727-8462  
Web Address: <http://aafa.org>
- National Asthma Education and Prevention Program  
National Heart, Lung and Blood Institute  
National Asthma Education and Prevention Program  
P.O. Box 30105  
Bethesda, MD20824-0105  
Phone: 1-301-592-8573  
Web Address: <http://www.nhlbi.nih.gov/health/infectr/index.htm>
- National Jewish Medical and Research Center  
1400 Jackson Street  
Denver, CO80206  
Phone: 1-800-222-LUNG  
Web Address: <http://www.nationaljewish.org/main.html>

#### ACUERDOS SOBRE SU CUIDADO:

Usted tiene el derecho de participar en la planificación de sus cuidados. Para ayudar en esta planificación; usted debe informarse acerca de su estado de salud y sobre la forma como puede tratarse. De esta manera, usted y sus médicos pueden hablar acerca de sus opciones y decidir el cuidado que se usará durante su tratamiento. Usted siempre tiene el derecho a rechazar su tratamiento.

© 1974-2004 Thomson MICROMEDEX. All rights reserved. The CareNotes(TM) System Vol.122

**ASTHMA - General Information, Spanish**  
**Monday, October 18, 2004 3:40:51 PM GMT**

---

Hours of Operation: 8:00am - 6:00pm M-Th, 8:00am - 3:00pm Friday.  
**Please call (408) 267-4000 during business hours.**  
**Please call (408) 267-3489 after-hours in case of an emergency.**

**The Grover Medical Group:** Dr. Judith Burmeister, Dr. Mark Kleid, Dr. Jeff Levin, Dr. Calvin Madison