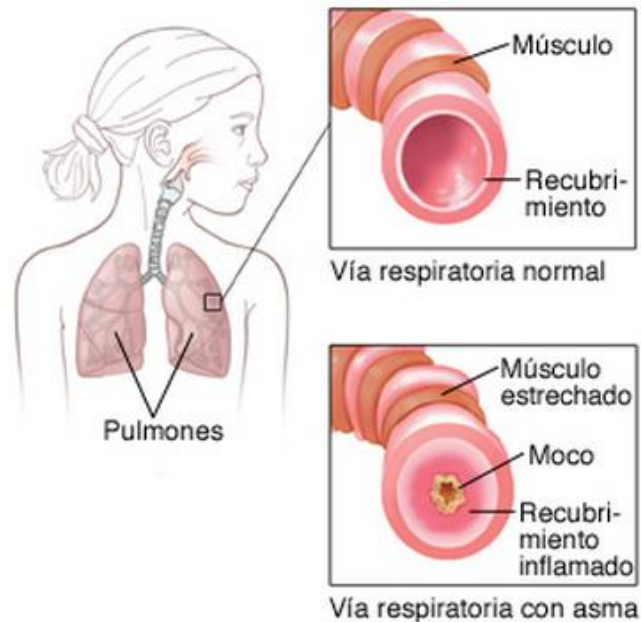




ASMA EN NIÑOS (PDF)



¿Qué es el asma?

El **asma** es una enfermedad pulmonar obstructiva reversible, causada por la inflamación de las vías respiratorias (bronquios) debido a la reacción a diversos estímulos. El asma en niños puede ser una enfermedad potencialmente mortal si no se trata adecuadamente.

El asma en niños es una de las enfermedades crónicas más comunes. Se caracteriza por la sensibilidad excesiva de los pulmones a diversos estímulos.

El asma infantil puede causar síntomas molestos diarios que interfieren con el juego, el deporte, la escuela y el sueño. Por desgracia, el asma infantil no se puede curar y los síntomas pueden continuar hasta la edad adulta. Sin embargo, con el tratamiento adecuado, usted y su hijo pueden mantener los síntomas bajo control y prevenir el daño a los pulmones en crecimiento.

Un episodio de asma es una serie de eventos que se traducen en un estrechamiento de las vías respiratorias. Esto incluye:

- Inflamación del revestimiento y endurecimiento del músculo.
- Aumento de la secreción de moco en las vías respiratorias.
- La vía aérea estrechada es responsable de la dificultad para respirar.



Síntomas del asma



Los síntomas comunes del asma en niños pueden no estar presentes todo el tiempo. Los síntomas aparecen y desaparecen.

- Sibilancias ([silbido en el pecho](#)).
- [Tos](#), especialmente por la noche o en la mañana o inducida por el ejercicio.
- Dificultad para respirar o [falta de aire](#).
- Sensación de [dolor de pecho](#) u opresión en el pecho (los niños a menudo lo describen como “dolor de estómago”)

Los bebés o niños pequeños pueden tener un historial de tos o infecciones pulmonares, como bronquitis o neumonía. Los niños con asma pueden tener tos cada que tienen un resfriado. La mayoría de los niños con [bronquitis](#) crónica o recurrente tienen asma.

Algunos niños tienen pocos síntomas del día a día, pero tienen ataques de asma severos. Otros niños tienen síntomas que empeoran con actividades físicas u otros factores desencadenantes.

- **Si su hijo es un bebé**, es posible que observe la alimentación lenta o dificultad para respirar durante la alimentación. La tos y la sibilancias (silbido en el pecho) son comunes en los bebés, pero estos síntomas no significan automáticamente que su bebé tiene asma.
- **Para muchos niños de menores de 5 años**, los ataques de asma son provocados o agravados por los resfriados u otras infecciones respiratorias. Puede notar que los resfriados duran más tiempo de lo normal o que los síntomas incluyen tos frecuente que puede empeorar por la noche.
- **Si su hijo es un niño o mayor**,





usted puede notar una disminución en el deseo de correr o jugar debido a la falta de aire. Se puede fatigar con facilidad y toser durante el ejercicio.

Causas del asma en niños

Las causas del asma en niños no se entienden completamente. El desarrollo de un sistema inmune muy sensible juega un papel.

Algunos factores que se cree que están involucrados incluyen:

- Rasgos heredados.
- Algunos tipos de infecciones de las vías respiratorias a una edad muy temprana.
- La exposición a los factores ambientales, como el humo del cigarro u otra contaminación del aire.
- Alergias.

Un aumento en la sensibilidad del sistema inmune hace que los pulmones y las vías respiratorias se hinchen y producen moco cuando se expone a ciertos desencadenantes.



Polvo al barrer



Olores fuertes
"Sprays"



Polen



Estado del
tiempo



Gripes (catarros)



Correr, deportes
y trabajo duro

- Infecciones respiratorias y resfriados.
- Humo del cigarro.
- Reacciones alérgicas
- Contaminantes del aire.
- Exposición al aire frío o cambio brusco de temperatura.
- Emoción/estrés.
- Ejercicio.

A veces, los síntomas del asma ocurren sin desencadenantes aparentes.



Factores de riesgo

Los factores que pueden aumentar la probabilidad de que su hijo desarrolle asma incluyen:

- Exposición al humo del tabaco.
- Reacciones alérgicas anteriores, incluyendo reacciones cutáneas, alergias a los alimentos o rinitis alérgica.
- Antecedentes familiares de asma, rinitis alérgica, urticaria o eczema.
- Vivir en un área urbana con una mayor exposición a la contaminación del aire.
- Bajo peso al nacer.
- Secreción o congestión nasal (rinitis).
- Infección del tracto respiratorio inferior grave, como neumonía.
- Senos inflamados ([sinusitis](#))
- Ardor de estómago (ERGE)
- Los varones tiene mayor prevalencia.

Complicaciones

El asma en niños puede causar una serie de complicaciones como:

- Ataques de asma severos que requieren tratamiento de emergencia o la atención hospitalaria.
- Estrechamiento permanente de las vías respiratorias (bronquios).
- Pérdida de días escolares o estrechamiento en la escuela.
- Falta de sueño y [fatiga](#).
- Síntomas que interfieren con su juego, [deportes](#) o cualquier actividad física.

Preparación para su cita

Es probable que piense en llevar a su hijo con el [neumólogo pediatra](#), o que sea canalizado por su [pediatra](#), [neumólogo](#) u otro especialista. Es recomendable prepararse para la cita de su hijo.

Lo que se puede hacer:

- Anote los síntomas que su hijo haya tenido.
- Anote en qué momento son más molestos o frecuentes los síntomas, por ejemplo, si los síntomas tienden a empeorar en ciertos momentos del día, o durante ciertas épocas del año, o si se está expuesto a ciertos factores ambientales.
- Anote información clave de su hijo, incluidas tensiones o cambios recientes en la vida de su hijo.
- Haga una lista de los medicamentos o suplementos que consume.
- Anote preguntas que desea realizarle al médico.

Diagnóstico

El asma en bebés es muy difícil de diagnosticar ya que a menudo es difícil de separar otras condiciones comunes que también pueden causar tos y [silbido en el pecho](#) (sibilancias), tal como la bronquiolitis. El médico va a considerar la naturaleza y frecuencia de los síntomas. Puede realizar pruebas para descartar otras condiciones y para identificar la causa más probable de sus síntomas.



Una serie de condiciones propias de la infancia puede tener síntomas similares a los causados por el asma.

Niños pequeños

El diagnóstico puede ser difícil porque las pruebas de función pulmonar no son exactas antes de los 6 años de edad. Algunos niños simplemente superan los síntomas similares al asma con el tiempo. El médico se basará en la información detallada que usted proporcionó. A veces, el diagnóstico se puede hacer después de tiempo de observar los síntomas.



Si su hijo tiene 2 años, o menos, es difícil decir si tiene asma debido a que:

- Casi un tercio de los niños de muy corta edad tendrán sibilancias en algún momento. La mayoría de ellos presenta sibilancias ya que sus vías respiratorias están creciendo.

Niños de 6 años y mayores

Los médicos utilizan las mismas pruebas que se utilizan con los adultos para diagnosticar el asma, como:

- Espirometría. Mide la rapidez y aire que el niño puede exhalar.
- Pruebas cutáneas de alergias pueden también ser necesarias.

Tratamiento para el asma

El objetivo del tratamiento del asma es mantener los síntomas bajo control todo el tiempo. El asma en niños controlada significa que:

- No presenta síntomas o son mínimos.
- Hay pocos o ningún ataque de asma.
- No hay limitaciones en la actividad física o ejercicio.
- Hay un uso mínimo de [inhaladores](#) para alivio rápido.

El tratamiento del asma implica tanto la prevención de los síntomas y el tratamiento de un ataque de asma en progreso. Los medicamentos de control preventivo a largo plazo reducen la inflamación de las vías respiratorias.

La mayoría de los niños con asma persistente utilizan una combinación de medicamentos de control a largo plazo y medicamentos de alivio rápido, como el inhalador.

Medicamentos de control a largo plazo

En la mayoría de los casos estos deben tomarse todos los días. Los tipos de medicamentos de control a largo plazo son:

- [Corticosteroides inhalados](#). Es la medicación más común prescrita para el asma en niños. Su hijo puede necesitar de estos medicamentos varios días o semanas antes de alcanzar su máximo beneficio.



- **Modificadores de leucotrienos**. Ayudan a prevenir los síntomas del asma durante un máximo de 24 horas. En casos raros, estos medicamentos se han relacionado con reacciones psicológicas, tales como agitación, agresión, alucinaciones, depresión y pensamiento suicidas. Consulte a su médico de inmediato si se presenta alguna reacción inusual.
- **Inhaladores de combinación**. Estos medicamentos contienen un corticosteroide inhalado más un beta agonista de acción prolongada.
- **Teofilina**. Se trata de una píldora diaria rápida para mantener las vías respiratorias abiertas y facilitar la respiración.

Medicamentos de alivio rápido

También llamados medicamentos de rescate. Se utilizan según sea necesario para el alivio rápido a corto plazo durante un ataque de asma o antes del ejercicio si el médico lo recomienda.

- **Agonistas beta de acción corta**. Es un broncodilatador para aliviar los síntomas rápidamente durante un ataque de asma. Actúan en cuestión de minutos y duran varias horas.
- **Ipratropio**. Se utiliza sobre todo para enfisema y bronquitis crónica, pero a veces es utilizado para tratar los ataques de asma.
- **Corticosteroides orales e intravenosos**. Alivian la inflamación de las vías respiratorias causada por el asma severa.

Tratamiento para el asma inducida por alergia

- **Omalizumab**. Se entrega mediante una inyección cada dos a cuatro semanas. Reduce la reacción del sistema inmunológico a sustancias causantes de alergias, polen, ácaros del polvo, etc.
- **Medicamentos para alergia**. Estos incluyen antihistamínicos, pulverización bucal y nasal y descongestionantes, así como corticosteroides, cromoglicato y aerosoles nasales.
- **Vacunas antialérgicas**. Se aplican una vez a la semana durante algunos meses y luego una vez al mes por un periodo de 3 a 5 años. Con el tiempo reducen gradualmente la reacción del sistema inmunológico.

Dispositivos de medicamentos inhalados

Nebulizador



Inhalador de polvo seco



Inhalador de dosis media





- **Bebés.** Necesitan un nebulizador, se utiliza la mascarilla y respira normalmente mientras el nebulizador proporciona la dosis correcta de la medicación.
- **Bebés y niños pequeños.** Necesitas usar mascarilla conectada a un inhalador o un nebulizador para obtener la cantidad correcta de medicamento.
- **Los niños mayores y adolescentes.** Pueden usar un pequeño dispositivo de mano llamado inhalador de dosis media presurizado o un inhalador que libera un polvo fino.

Si desea saber cómo utilizar un inhalador, visite nuestra [guía de uso de inhaladores](#).

Plan de acción del asma

Esto puede ser una parte importante del tratamiento, especialmente si su hijo tiene asma grave.

La mejor manera de reducir el riesgo de un ataque de asma es asegurarse que su hijo:

- Tiene un plan de acción para el asma.
- Consulta al menos cada 6 meses.
- Toma sus medicamentos como se le prescribieron.



Un plan de acción por escrito debe tener toda la información que necesite en un solo lugar y le ayuda a recordar:

- Medicinas para el asma.
- Factores desencadenantes del asma.
- Síntomas que significan que su hijo necesita su inhalador de alivio.
- Signos y síntomas que necesitan atención inmediata del médico.
- Lo que usted necesita hacer rápidamente si se tiene un ataque de asma.
- Información sobre los medicamentos de su hijo.

Emergencias de asma

Para algunos niños los ataques de asma graves pueden ser potencialmente mortales y requieren tratamiento de emergencia.

Los signos y síntomas de emergencia de asma en los niños menores de 5 años son:

- [Falta de aire](#).
- Respirar con tanta fuerza que el abdomen se presiona debajo de las costillas.
- Dificultad para hablar debido a la respiración restringida.

Cómo prevenir el asma en niños

El asma puede disminuir evitando desencadenantes. Para eso puede seguir las siguientes recomendaciones:

- Mantenga su hogar limpio para evitar que el polvo se acumule.



- Lave la ropa de cama una vez por semana y de ser posible con agua caliente. Utilice colchones anti-ácaros.
- Evite la humedad en la casa.
- Si es alérgico a la mascota, trate de que no haya contacto con el [pelo](#) y limpie regularmente para evitar los pelos de la mascota.
- No exponga a su hijo al humo del tabaco.

Aunque puede ser difícil, se debe de evitar la contaminación ambiental.

Cuándo acudir al médico

Si sospecha que su hijo puede tener asma, es importante ver a un médico especialista tan pronto como sea posible. El diagnóstico precoz y el tratamiento adecuado puede evitar interrupciones de las actividades diarias tales como el juego, sueño, deportes y la escuela. También puede prevenir ataques peligrosos o potencialmente mortales del asma.