

## INHALACIÓN CORRECTA PARA ASMA Y EPOC



Fuentes: Foto Kirchheim-Verlag; Dibujos ÄZQ

### ESTIMADA/O PACIENTE:

Usted padece una enfermedad pulmonar crónica, asma o EPOC ("Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica"), y por esa razón inhala medicamentos. Su efectividad depende, en gran medida, de cómo usted utiliza el inhalador. Aquí encontrará informaciones y consejos para manejar el inhalador y sus medicamentos para las vías respiratorias.

### ▶ ASÍ FUNCIONA LA RESPIRACIÓN

Para poder entender mejor qué efectos tienen los medicamentos es importante saber cómo funciona la respiración „normal“: el pulmón tiene la forma de un árbol invertido y la traquea es el tronco. Por aquí llega el aire a través de dos grandes ramas principales, los bronquios, y otras ramificaciones pequeñas hasta las „láminas“, los alvéolos. El oxígeno va de allí a la sangre. Por esta razón es tan importante que el aire que respiramos pueda llegar hasta los alvéolos sin obstáculos. En el caso de asma y EPOC, las vías respiratorias, es decir los bronquios, se estrechan a causa de una inflamación ocasional (asma) o permanente (EPOC). El aire ya no puede entrar ni salir sin obstáculos.

### ▶ MEDICAMENTOS PARA INHALAR

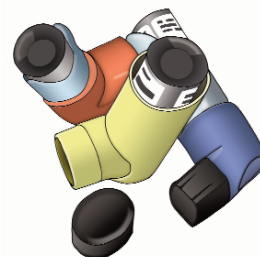
En el caso de asma y EPOC los medicamentos que dilatan las vías respiratorias (broncodilatadores) y los medicamentos antiinflamatorios (corticoides) se inhalan, es decir se inspiran.

Dado que los medicamentos para inhalar hacen su efecto allí donde se necesita, es decir en las vías respiratorias, son más tolerables que los respectivos comprimidos con la misma sustancia. Por esta razón, pueden tener una dosificación menor siendo menores los posibles efectos secundarios. Encontrará más informaciones sobre cada medicamento en las Directrices para pacientes (véase cuadro al dorso).

### ▶ APARATOS PARA INHALAR

Hay muchos aparatos para inhalar y, en parte, son muy diferentes por su manejo y sus ventajas y desventajas. Los aparatos más comunes son los aerosoles dosificadores y los inhaladores de polvo.

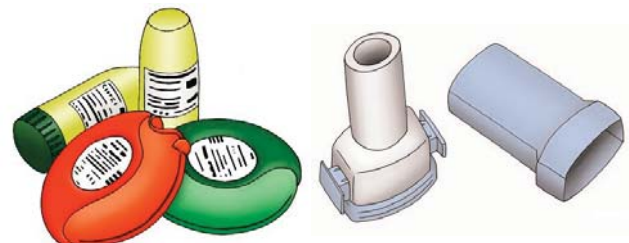
#### Ejemplos de aerosoles dosificadores:



■ Con un aerosol dosificador se vaporizan muchas gotitas ínfimas del medicamento. Usted acciona con la mano el impulso de vaporización y en los aerosoles dosificadores accionados por respiración también se

acciona al aspirar. La inhalación tiene que estar exactamente coordinada con el impulso vaporizador. Es decir que usted tiene que vaporizar y aspirar al mismo tiempo.

#### Ejemplos de inhaladores de polvo:



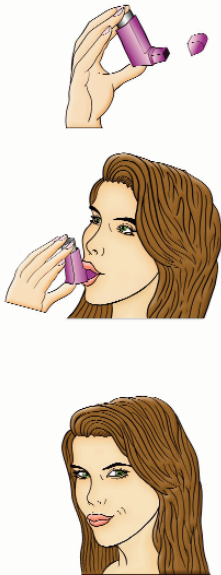
■ El inhalador de polvo permite que el medicamento acceda a las vías respiratorias distribuido en partículas mínimas de polvo. El impulso de la mano y la aspiración no necesitan estar coordinados. Pero, dado que con el inhalador de polvo usted debe aspirar mucho más fuertemente que con el aerosol dosificador, no es adecuado si usted no puede aspirar con fuerza.

# INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE

## ▶ Asma y EPOC

### ▶ INHALAR CORRECTAMENTE

Aunque parezca sencillo, se debe aprender a inhalar. Aquí se muestra el ejemplo con aerosol dosificador:



- retirar la tapa
- agitar fuertemente el aparato
- espirar completamente
- abarcar estrechamente la boquilla con los labios y los dientes
- inclinar levemente la cabeza hacia atrás al aspirar
- aspirar de forma uniforme y profunda
- accionar la vaporización al mismo tiempo que se aspira
- aspirar profundamente a través del inhalador
- retener el aire cinco a diez segundos para que el medicamento llegue a los pulmones
- espirar lentamente, de ser posible por la nariz
- cerrar con la tapa

### ▶ LO QUE USTED TAMBIÉN PUEDE HACER

Para que el medicamento pueda llegar hasta los bronquiolos y surtir efecto allí, es sumamente importante que usted aprenda a "aspirar" correctamente el medicamento. Por ejemplo, usted puede participar en un entrenamiento para pacientes o pedir informaciones en la farmacia que le entrega el aparato. También el prospecto del medicamento contiene informaciones adicionales. Pero, sobre todo, su médico le ayudará, pídale que le explique:

- porqué ése es el aparato correcto para usted
- cuáles son las tapas o cubiertas que hay que retirar antes del uso
- si hay que agitar el aparato antes del uso
- si hay que limpiar el aparato y cómo hacerlo
- cuándo y cómo se debe recargar el aparato
- cómo se puede reconocer que hay que sustituir el aparato
- cuál es la posición adecuada para inhalar
- cómo se debe respirar al utilizar el aparato

Para más seguridad, demuéstrole con frecuencia a su médico de qué forma usted utiliza el aparato.

### ▶ MÁS INFORMACIÓN

Esta información está basada en actuales conocimientos científicos y resume los puntos más importantes de la guía para los pacientes llamada "Asma" y "EPOC".

#### Otros enlaces de interés

Guía para los pacientes "Asma" y "EPOC":  
[www.versorgungsleitlinien.de/patienten](http://www.versorgungsleitlinien.de/patienten)

Organizaciones de autoayuda y colaboradores que han participado en la guía para pacientes :  
[www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe](http://www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe), [www.azq.de/pf](http://www.azq.de/pf)

#### Organizaciones de autoayuda

Consulte en NAKOS (Oficina de Información Nacional para el Apoyo e Iniciativa de los Grupos de Autoayuda) dónde se encuentra la organización de autoayuda más cercana: [www.nakos.de](http://www.nakos.de), Tel.: 030 3101 8960

#### Guías para los pacientes:

Las guías para los pacientes traducen las recomendaciones de las guías de práctica clínica con un vocabulario más comprensible y ofrecen informaciones importantes respecto a las causas y a los métodos de diagnóstico y tratamiento de las enfermedades. Los responsables del programa de desarrollo de las guías de práctica clínica (de las llamadas "Guías de Práctica Clínica Nacionales") y de sus correspondientes versiones para los pacientes son el Colegio Federal de Médicos (BÄK), la Asociación de Médicos de los Seguros de Salud (KBV) y la Agrupación de las Sociedades Médicas y Científicas (AWMF).

DOI: 10.6101/AZQ/000056

Responsable del contenido:  
Agencia Médica de Calidad en la Medicina (ÄZQ)  
Instituto conjunto de BÄK y KBV  
Teléfono: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555  
Email/Ansprechpartner: [mail@patinfo.org](mailto:mail@patinfo.org)  
[www.patinfo.org](http://www.patinfo.org)  
[www.aezq.de](http://www.aezq.de)



Por recomendación