

Cómo Elegir Sabiamente®

Una iniciativa de la Fundación ABIM

CR ConsumerReports™



Espirometría para el asma Cuándo necesita la prueba—y por qué

La espirometría es una prueba simple de respiración. Mide cuánto aire se inhala y se exhala de los pulmones. Si usted sufre de síntomas que podrían ser un indicio de asma—como la falta de aliento, por ejemplo—debería realizarse una prueba de espirometría. A continuación se da la razón:

El asma y otras enfermedades pueden tener los mismos síntomas.

Cuando usted sufre de asma, el revestimiento de las vías respiratorias en los pulmones se inflaman y los músculos que las rodean se tensan. Entonces, las vías respiratorias se estrechan.

Cuando usted respira, tiene dificultades para sacar el aire de los pulmones. Como resultado, puede toser, resollar con dificultades, sentir que le falta el aliento o que tiene opresión en el pecho. El ejercicio o el aire frío podrían empeorar los síntomas.

Sin embargo, esos mismos síntomas también pueden ser un indicio de otros problemas pulmonares, como un resfriado común, bronquitis o pulmonía. Incluso pueden ser síntomas de una enfermedad cardíaca y otras enfermedades.

Es importante conocer la causa de sus síntomas para asegurarse de que le den el tratamiento adecuado. El tratamiento para el asma es muy distinto del tratamiento para una pulmonía o una enfermedad cardíaca.



La espirometría ayuda a diagnosticar y a controlar el asma.

Una prueba de espirometría puede confirmar si usted sufre de asma o de otra enfermedad. Y le ayuda a su proveedor de atención médica a decidir sobre su tratamiento.

Una prueba de espirometría también puede mostrar qué tan bien está funcionando su tratamiento. Si las pruebas de espirometría de seguimiento muestran que su asma está bien controlada, su tratamiento está surtiendo efecto. Si la prueba muestra que su asma no está bajo control, es posible que el médico necesite cambiarle la medicina o darle más o un tratamiento distinto.

Dejar de realizarse la prueba tiene riesgos.

Muchas personas que necesitan realizarse una prueba de espirometría nunca se la hacen. Algunos proveedores de atención médica se basan únicamente en los síntomas para decidir si un paciente sufre de asma o de otra enfermedad.

Si su médico supone que usted sufre de asma sin realizarle una prueba de espirometría, usted podría estar tomando medicamentos para el asma cuando no los necesita. Y la causa verdadera de sus síntomas no se estaría tratando.

Por otro lado, usted y su médico podrían suponer que la causa de sus síntomas es un problema leve, cuando en realidad es asma. Si su asma no se trata, usted podría sufrir de ataques graves de asma. Aproximadamente una de nueve personas muere diariamente de ataques de asma en Estados Unidos. El asma sin tratamiento, o mal controlada, también puede causar cicatrización en los pulmones, que podría conducir a cambios permanentes en las vías respiratorias que son parecidos a los de una enfermedad pulmonar obstructiva crónica o *COPD*, por sus siglas en inglés. Una vez que los pulmones están dañados, las medicinas para el asma no funcionarán tan bien.

La prueba puede ahorrarle dinero.

Una prueba de espirometría cuesta por lo general menos de \$100. No hacerse la prueba puede costar mucho más dinero. Si la prueba muestra que usted no sufre de asma, se puede ahorrar cientos de dólares al mes en medicinas para el asma. Si usted no se realiza la prueba y sufre de asma, una visita a la sala de emergencias por un ataque de asma puede costarle miles de dólares.

¿Cuándo debería usted realizarse una prueba de espirometría?

Los niños de cinco años de edad o mayores y los adultos de cualquier edad que sufren de síntomas parecidos a los del asma, deberían realizarse una prueba de espirometría. Además, su proveedor de atención médica debería hacerle un examen médico y tomarle un historial médico completo. Si la prueba muestra que sufre de asma, su médico debería recetarle medicina para el asma. Luego, deberían volverle a hacer la prueba cuatro a seis semanas después. Si los resultados de su prueba mejoran, su tratamiento está surtiendo efecto. Incluso, es posible que usted pueda tomar menos medicina. Si sus síntomas empeoran, deberían hacerle otra prueba de espirometría. Si sus síntomas se controlan, usted debería realizarse la prueba por lo menos una vez cada uno a dos años.

Consejo de Consumer Reports

¿Cómo debería usted controlar el asma?

Los siguientes pasos pueden ayudar a controlar el asma:

- **Pida una prueba de espirometría si tiene síntomas.** Muchos proveedores de atención médica pueden realizar la prueba en su consultorio. Si no es así, su médico puede mandarlo a un especialista para que se le realice la prueba. Dígale a la persona que le realice la prueba todos los síntomas que sufra que solo ocurren durante el ejercicio.

- **Tómese su medicina.** Por lo general, las personas que sufren de asma necesitan usar a diario un corticoesteroide inhalado, como la beclometasona (QVAR) o la fluticasona (Flovent HFA), para ayudar a prevenir un ataque de asma. Además, es posible que usted necesite una medicina inhalada de efecto a corto plazo, como el albuterol (Proventil HFA



y genérico), para ayudar a aliviar los síntomas rápidamente. Asegúrese de usar sus inhaladores según se indique. Si usted necesita la medicina de efecto a corto plazo más de dos veces a la semana, llame a su médico.

- **Evite lo que desencadena el asma.** Las alergias al polen, moho, mascotas, cucarachas o ácaros de polvo pueden provocar síntomas de asma. Para la fiebre de heno, no salga cuando el nivel de polen sea alto. Para las alergias en interiores, como ácaros de polvo, lave la ropa de cama en agua caliente una vez a la semana, use un aparato de aire acondicionado o deshumecedor y ponga una cubierta a prueba de alergias sobre su colchón y almohadas.

- **Manténgase activo.** Si el ejercicio empeora su asma, pregunte si puede tomar una medicina de efecto a corto plazo antes de hacer ejercicio.

- **Protéjase de los resfriados y la influenza.** Le pueden provocar síntomas de asma. Lávese las manos con frecuencia y póngase la vacuna contra la influenza cada año.

Este informe es para que lo use usted cuando hable con su proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Use este informe a su propio riesgo.

©2016 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con la Academia Estadounidense de Alergias. Para obtener más información acerca de las fuentes usadas en este informe y los términos y condiciones de uso, visite ConsumerHealthChoices.org/about-us/.