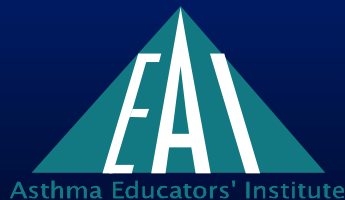


# Ataques de Asma y el “Plan de Acción Contra el Asma”

---

*Manuela Cernadas, M.D.*

Mass General Brigham Asthma Center  
Harvard Medical School



# Divulgación de Conflictos de Intereses

---

- No tengo conflictos de intereses financieros que divulgar.

# Agenda

---

- Definir las crisis asmáticas; hablar de su frecuencia y sus causas.
- Describir un ataque de asma severo.
- Considerar cómo controlar los ataques de asma y evitar que se agraven.
- Ayudar a los pacientes a utilizar su plan de acción contra el asma.

**“WHEN I HAVE AN  
ASTHMA ATTACK  
I FEEL LIKE A FISH  
WITH NO WATER.”**

**-JESSE, AGE 5**



Childhood  
Asthma  
Awareness  
ad campaign

“Cuando  
tengo un  
ataque de  
asma, me  
siento  
como un  
pez sin  
agua.”

# Los Ataques de Asma Son Comunes

---

- Un ataque de asma (o “exacerbación” o “brote”) es la aparición (o aumento) de síntomas de asma (tos, dificultad para respirar, opresión en el pecho y/o sibilancia) diferentes de los habituales.
- Los datos de la encuesta sugieren que aproximadamente el 50% de las personas con asma informan al menos 1 ataque en el último año, niños/as y adultos.

# Ataques de Asma - Las Consecuencias

---

- Un ataque de asma representa un estrechamiento de los bronquios, que puede ser leve-moderado o grave.
- Los ataques de asma graves provocan casi 1 millón de visitas a salas de emergencia cada año.
- El peligro: un ataque de asma grave puede provocar asfixia y muerte.

**La muerte de Laura Levis fuera de la sala de emergencias ha cambiado la señalización hospitalaria en Massachusetts.**

Las nuevas regulaciones fueron anunciadas el jueves en una conferencia de prensa en la Cámara de Representantes por Peter DeMarco, cuya esposa, Laura Levis, murió de un ataque de asma fuera del Hospital Somerville en septiembre de 2016. Levis no pudo encontrar el camino al departamento de emergencias y no pudo encontrar a nadie que la ayudara. Tenía 34 años.

[www.wbur.org/news/2023](http://www.wbur.org/news/2023)

En Estados Unidos se producen aproximadamente 10 muertes (innecesarias) por día a causa del asma.

# Causas Comunes de Ataques de Asma

---

- Infección vírica de las vías respiratorias.
- Exposición a alérgenos en un paciente alérgico.
- Interrupción de la medicación/no cumplimiento.
- Incierto.

# Ataque de Asma Severo

---

Imagine el siguiente escenario:

Una abogada de 35 años que padece asma desde hace mucho tiempo se expone a una infección respiratoria (“resfriado”) de su hija en edad preescolar. Desarrolla fiebre leve, algo de tos y dolor generalizado.

# Ataque de Asma Severo (cont.)

---

Durante los siguientes 2-3 días, la fiebre y el dolor se resuelven, pero la tos continúa (con pequeñas cantidades de esputo claro) y nota una respiración ruidosa (sibilancias) cuando se acuesta por la noche para dormir.

# Ataque de Asma Severo (cont.)

---

Ella utiliza su inhalador de albuterol, que sólo le proporciona un alivio temporal. Lo necesita entre 6 y 7 veces al día. Le falta el aire al subir escaleras y evita ir al gimnasio.

Su sueño es inquieto, perturbado por la tos y una sensación de peso en el pecho. Por la mañana, le falta el aire sólo para vestirse y le pide a su marido que la lleve al hospital.

# Ataque de Asma Severo: Examen Físico

---

En el Departamento de Emergencias:

Frecuencia cardíaca = 124 latidos/min; frecuencia respiratoria = 32 respiraciones/min; presión arterial normal; sin fiebre.

Ella usa los músculos del cuello y los hombros para ayudar a tomar aire. Ella se sostiene con los brazos extendidos y es incapaz de acostarse sin que le falte mucho el aire. Está sudando ("diaforético").

Al escuchar su pecho, hay sibilancias musicales inspiratorias y espiratorias durante todo el proceso.

# Ataque de Asma Severo (cont.)

---

Está asustada y dice que hay momentos en los que tiene la sensación de que no va a poder volver a respirar.

# Cómo Identificar un Ataque de Asma Severo

---

Síntomas: falta de aire al realizar esfuerzos leves (caminando, hablando, en reposo); incapacidad para acostarse en posición horizontal debido a la falta de aire; alivio limitado con el inhalador broncodilatador.

Signos: uso de los músculos del pecho y del cuello para respirar; transpiración; labios o dedos azules; aleteo nasal (niños/as).

Medición: flujo máximo menor a la mitad de lo habitual.

# El Mejor Tratamiento es la Prevención

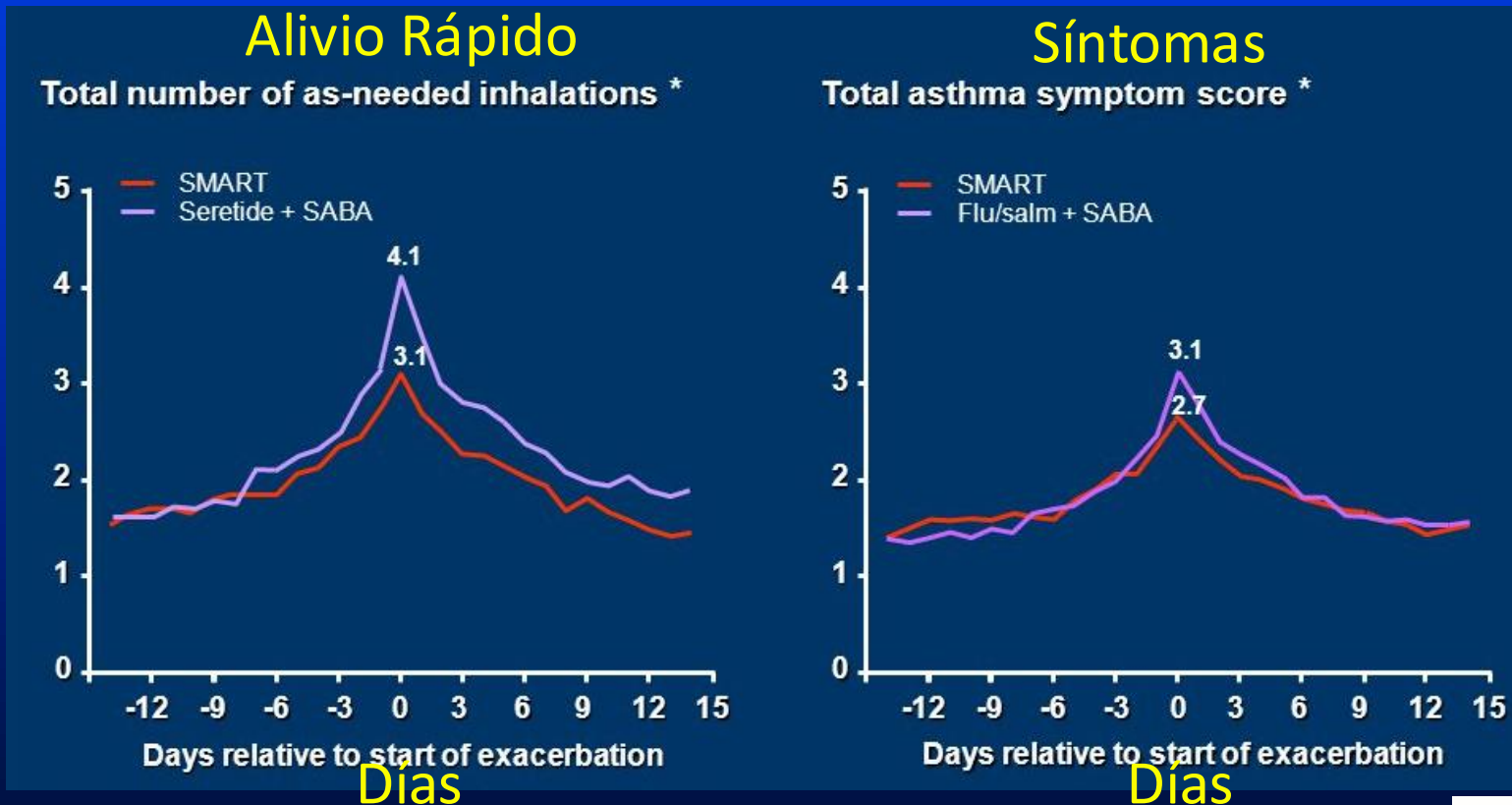
---

"El tratamiento del estado asmático\* se inicia mejor 3 días antes del ataque".

-- Thomas Petty, M.D.

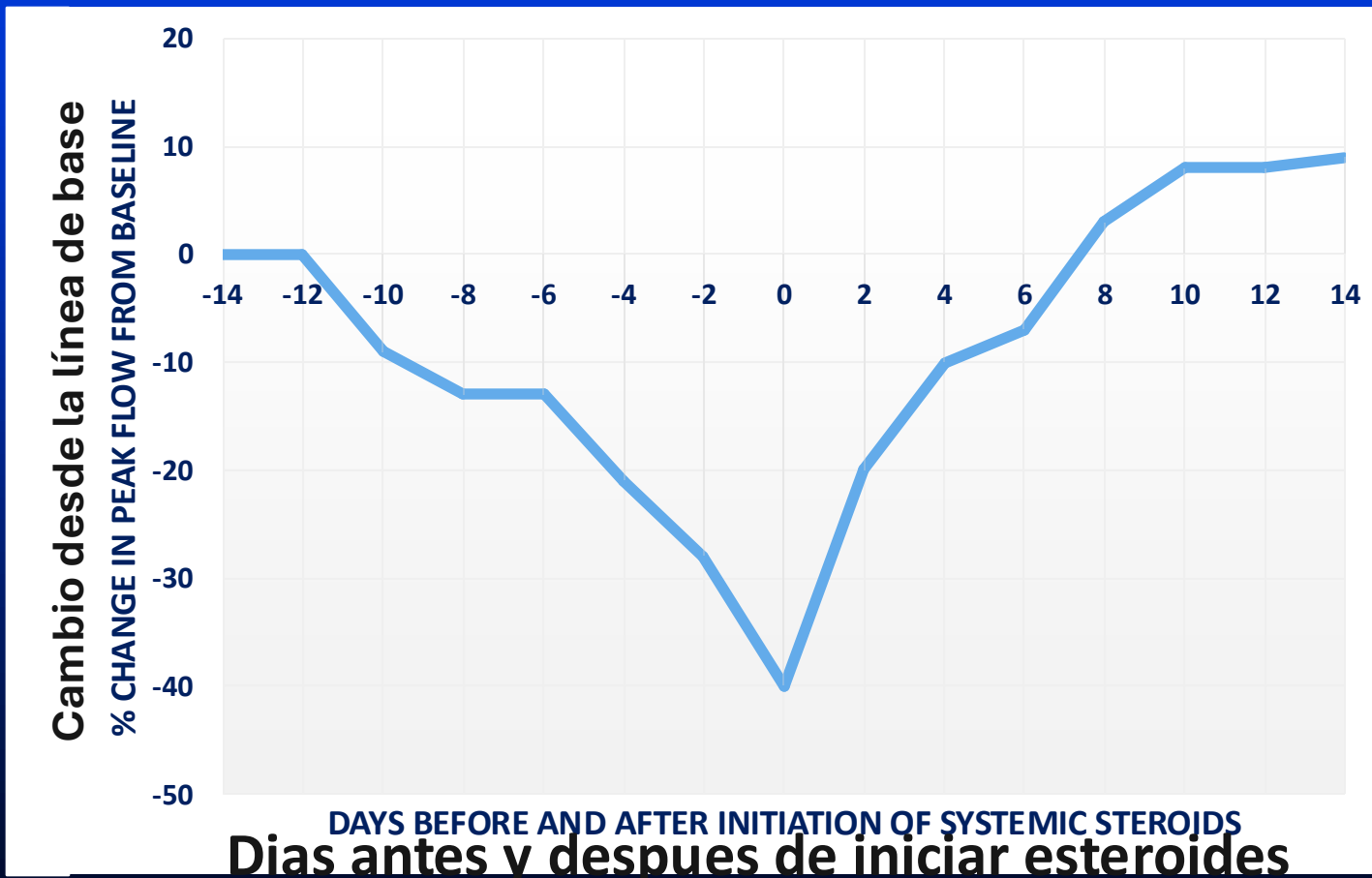
\*término anticuado para referirse a un ataque de asma grave persistente.

# Evolución de las Exacerbaciones del Asma: Uso y Síntomas de Alivio Rápido



De Medical Education Network, puede obtenerse en:  
<https://www.slideserve.com/trula/studies>

# Evolución de las Exacerbaciones del Asma: Flujo Máximo



Adaptado de la presentación del Dr. Ian Pavord, 2023.

# Prevención = Intervención Temprana Antes de Que el Ataque Se Vuelva Severo

---

Las opciones de tratamiento dependen de los medicamentos disponibles en casa y de la experiencia previa con ataques de asma, e incluyen:

- Reposo; evitar alérgenos/irritantes.
- Dosis mayores y más frecuentes de algunos medicamentos.
- Tabletas de esteroides orales (prednisona, *Medrol*).
- Comunicarse con su proveedor médico.
- Departamento de emergencias/atención de urgencias.

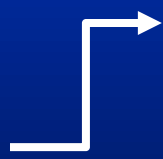
# Considere los Tratamientos en el Departamento de Emergencias

---

Los pilares del tratamiento en un centro de atención urgente o departamento de emergencias son:

- Dosis frecuentes de broncodilatador de acción rápida (p. ej., albuterol), a menudo administrado mediante nebulizador, con una frecuencia de hasta 20 minutos durante la primera hora, y luego cada hora.
- Esteroides intravenosos u orales.

# ¿Qué Más Hay Disponible en un Departamento de Emergencias?

- Seguimiento riguroso; reposo absoluto en un entorno libre de alérgenos e irritantes.
- Magnesio intravenoso (un nuevo broncodilatador).
- Ventilación con mascarilla facial. 
- Intubación y ventilación mecánica.



# Opciones en Casa... Antes de Que el Aataque Sea Grave

---

- Iniciar tratamiento con medicamentos de control (esteroides inhalados; combinación de esteroides inhalados y broncodilatadores de acción prolongada).
- Aumentar la dosis de esteroides inhalados.
- Usar esteroides inhalados con cada dosis de broncodilatador de acción rápida (como albuterol o formoterol).

# Opciones Adicionales Más Intensas que Pueden Iniciarse en Casa

---

- Algunos pacientes tendrán un nebulizador y albuterol líquido en casa.
- 4-6 inhalaciones de albuterol mediante un inhalador de dosis medida, inhaladas con cuidado, equivalen a 1 tratamiento con nebulizador.
- Los comprimidos de prednisona (40-60 mg) son igualmente efectivos que los esteroides intravenosos.

# ¡Seguridad Ante Todo!

---

## Consejos clave para el paciente:

Si no mejora, busque ayuda –

- Llamar a su proveedor médico;
- Ir a su centro de atención de urgencias local o departamento de emergencias (si es posible, pida a otra persona que le lleve);
- Llamar al 911.

# Cómo Afrontar el Empeoramiento de los Síntomas del Asma: Tenga un Plan

---

- Los pacientes con asma (o sus cuidadores) deben hablar con su proveedor médico, con anticipación, sobre un plan para lidiar con un aumento en los síntomas del asma: hacer un plan escrito **plan de acción contra el asma**.
- Los/as niños/as en edad escolar deben compartir su plan de acción contra el asma con sus maestros/entrenadores.

# La Mayoría de los Planes de Acción Contra el Asma se Basan en el Modelo del Semáforo

---

Tres zonas:

- Zona **Verde** – todo bien, continuar con la medicación habitual.
- Zona **Amarilla**: ataque de asma leve a moderado; reducir actividades e intensificar los medicamentos.
- Zona **Roja**: ataque de asma severo; detenga lo que esté haciendo y actúe de inmediato; obtenga ayuda de emergencia si no mejora.

# Si Utiliza un Medidor de Flujo Máximo ...

---

Tres zonas:

- Zona Verde - >80% del valor habitual/óptimo.
- Zona Amarilla - 50-80% del valor habitual/óptimo.
- Zona Roja - <50% del valor habitual/óptimo.

# Plan de acción contra el asma de adultos de Massachusetts

Nombre: \_\_\_\_\_  
 Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_  
 Alergias a medicamentos: \_\_\_\_\_  
 Contacto en caso de emergencia: \_\_\_\_\_ Teléfono: \_\_\_\_\_  
 Médico/enfermera: \_\_\_\_\_ Teléfono: \_\_\_\_\_  
 Necesita vacuna contra la gripe  
 Mejor flujo máximo personal: \_\_\_\_\_  
 Evite cosas que hacen que su asma empeore: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_  
 Próxima visita: \_\_\_\_\_  
 Preparado por: \_\_\_\_\_  
 Lleve este plan a cada visita

## zona verde-adelante **Tome estos medicamentos de control**

- La respiración es normal
- Sin tos ni tos jadeante
- Duermes toda la noche
- Puede cumplir sus actividades diarias
- Así es como debe sentirse todos los días



Medicamento	Cuánto	Cuándo

Flujo máximo (100% a 80%) desde \_\_\_\_\_ hasta \_\_\_\_\_

## zona amarilla-precaución **Tome estos medicamentos para lograr el control**

- Tos
- Tos jadeante leve
- Presión en el pecho
- Dificultad para respirar
- Se despierta a la noche
- Primeros signos de un resfriado



Medicamento	Cuánto	Cuándo	Por cuánto tiempo

- Continúe los medicamentos de control de la "zona verde"  
 Use un espaciador con \_\_\_\_\_

Si los síntomas no mejoran dentro de \_\_\_\_\_ horas, llame a su médico o enfermera. Informe a su médico/enfermera si continúa pasando a la zona amarilla. Podría ser necesario cambiar los medicamentos de la zona verde para prevenir otros episodios.

Flujo máximo (80% a 50%) desde \_\_\_\_\_ hasta \_\_\_\_\_

## zona roja-peligro **Tome medidas inmediatamente**

- Respira rápido y con dificultad
- Tiene problemas para caminar y conversar
- Le cuesta mucho trabajo respirar



**¡Tome estos medicamentos ahora Y luego llame de inmediato a su médico/enfermera!**

Medicamento	Cuánto	Por cuánto tiempo

**INDICACIONES DE PELIGRO- Llame al 911 o visite la sala de emergencias más cercana si:**  
 - Los labios o las uñas están azules  
 - Tiene dificultades para respirar  
 - No se siente mejor 15 minutos después de tomar los medicamentos de la zona roja y no se ha comunicado con su médico/enfermera

Flujo máximo (menos del 50%) \_\_\_\_\_

**Llame a su médico/enfermera dentro de los dos días siguientes a una visita a la sala de emergencias u hospitalización.**

*Make copies of this plan for: patient and provider.*

# Plan de acción contra el asma de Mass para adultos



# Plan de acción contra el asma de adultos de Massachusetts

Nombre: **J. Lopez**  
 Fecha de nacimiento: **Julio 4, 2000**  
 Alergias a medicamentos: **Penicilina**  
 Contacto en caso de emergencia: **Pedro Lopez** Teléfono:  
 Médico/enfermera: **Dr. J. Carlos** Teléfono:  
 Necesita vacuna contra la gripe  
 Mejor flujo máximo personal: **400**  
 Evite cosas que hacen que su asma empeore: **gatos y perros**

Fecha: \_\_\_\_\_  
 Próxima visita: \_\_\_\_\_  
 Preparado por: \_\_\_\_\_  
 Lleve este plan a cada visita

## zona verde-adelante Tome estos medicamentos de control

- La respiración es normal
- Sin tos ni tos jadeante
- Duermes toda la noche
- Puede cumplir sus actividades diarias
- Así es como debe sentirse todos los días



Medicamento	Cuánto	Cuándo
Symbicort	2 inhalaciones	cuando se necesite

Flujo máximo (100% a 80%) desde **400** hasta **320**

## zona amarilla-precaución Tome estos medicamentos para lograr el control

- Tos
- Tos jadeante leve
- Presión en el pecho
- Dificultad para respirar
- Se despierta a la noche
- Primeros signos de un resfriado



Medicamento	Cuánto	Cuándo	Por cuánto tiempo
Symbicort	2 inhalaciones	dos veces al día	cuando se necesite (no mas de 12 inhalaciones/día)

Continúe los medicamentos de control de la "zona verde"  
 Use un espaciador con **su Symbicort**

Flujo máximo (80% a 50%) desde **320** hasta **200**

Si los síntomas no mejoran dentro de \_\_\_\_ horas, llame a su médico o enfermera. Informe a su médico/enfermera si continúa pasando a la zona amarilla. Podría ser necesario cambiar los medicamentos de la zona verde para prevenir otros episodios.

## zona roja-peligro Tome medidas inmediatamente

- Respira rápido y con dificultad
- Tiene problemas para caminar y conversar
- Le cuesta mucho trabajo respirar



**¡Tome estos medicamentos ahora Y luego llame de inmediato a su médico/enfermera!**

Medicamento	Cuánto	Por cuánto tiempo
Symbicort	2 inhalaciones	cuando se necesite hasta 12 inhalaciones en el día)
Toma prednisona	20 mg	dos tabletas una vez

Flujo máximo (menos del 50%) **200**

**INDICACIONES DE PELIGRO- Llame al 911 o visite la sala de emergencias más cercana si:**

- Los labios o las uñas están azules
- Tiene dificultades para respirar
- No se siente mejor 15 minutos después de tomar los medicamentos de la zona roja y no se ha comunicado con su médico/enfermera

Llame a su médico/enfermera dentro de los dos días siguientes a una visita a la sala de emergencias u hospitalización.  
 Make copies of this plan for: patient and provider.

# Plan de acción contra el asma de Mass para adultos - completado



# Plan de acción contra el asma en Massachusetts

Nombre:		Fecha:
Fecha de nacimiento:	Nombre del médico o enfermera:	N° de teléfono del médico o enfermera:
Objetivo del paciente:	Nombre y n° de teléfono del padre o guardián:	
¡Importante! Evita las actividades que empeoran el asma:		

Los colores del semáforo te ayudarán a usar las medicaciones contra el asma.



**VERDE** significa ¡Adelante! Toma el medicamento de control.

**AMARILLO** significa ¡Precaución! Agrega un medicamento de alivio rápido.

**ROJO** significa ¡Peligro! Consulta a un médico.

Mejor flujo máximo personal: \_\_\_\_\_

ADELANTE: ¡Te sientes bien!		Toma estos medicamentos de control diario:		
		MEDICINA/VÍA	DOSIS	FRECUENCIA O CUÁNDO
Tienes <b>todo</b> esto:	Flujo máximo desde			
	hasta			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respiración normal</li> <li>No hay tos ni jadeos</li> <li>Duermes toda la noche</li> <li>Puedes ir a la escuela y jugar</li> </ul>				

PRECAUCIÓN: ¡Cálmate!		Continúa con el medicamento de la zona verde y agrega:		
		MEDICINA/VÍA	DOSIS	FRECUENCIA O CUÁNDO
Tienes <b>cualquiera</b> de estos síntomas:	Flujo máximo desde			
	hasta			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Primeros signos de un resfriado</li> <li>Tos</li> <li>Jadeos suaves</li> <li>Presión en el pecho</li> <li>Tos, jadeos o dificultad para respirar durante la noche</li> </ul>				

LLAMA A TU MÉDICO O ENFERMERA: \_\_\_\_\_

PELIGRO — ¡Pide ayuda!		Toma estos medicamentos y llama de inmediato al médico.		
		MEDICINA/VÍA	DOSIS	FRECUENCIA O CUÁNDO
El asma <b>empeora</b> rápidamente:	Flujo máximo desde			
	hasta			
<ul style="list-style-type: none"> <li>El medicamento no te ayuda</li> <li>La respiración es difícil y agitada</li> <li>Los orificios de la nariz se abren</li> <li>Se te notan las costillas</li> <li>No puedes hablar bien</li> </ul>				

¡OBTÉN AYUDA MÉDICA DE INMEDIATO! No tengas miedo de causar un alboroto. Tu médico querrá verte inmediatamente. ¡ES importante! Si no puedes localizar a tu médico, ve a una sala de urgencias y lleva este formulario. NO ESPERES.

Solicita una cita con tu médico o enfermera en las dos días siguientes a una visita a sala de urgencias o una hospitalización.

Firma del médico, enfermera practicante o asistente médico \_\_\_\_\_ FECHA \_\_\_\_\_

Autorizo al enfermero de la escuela, médico, enfermera practicante o asistente médico de mi hijo y a \_\_\_\_\_ a divulgar información sobre el asma de mi hijo.

Firma del padre o guardián \_\_\_\_\_ FECHA \_\_\_\_\_

— SEE BACK OF SCHOOL COPY FOR STUDENT MEDICATION ADMINISTRATION AUTHORIZATION —

# Plan de acción contra el asma de Mass para niños/as

**Everyday** Keep your child healthy.  
Give **everyday medicine** when healthy or sick.



Your child is feeling good:

- No trouble breathing
- No cough or wheeze
- Sleeps well
- Can play as usual



Morning

**Flovent**  
2 puffs with spacer



Night

**Singular**  
1 chewable tablet

and

**Flovent**  
2 puffs with spacer

**Sick** Give **sick medicine** and add **everyday medicine**.  
If not feeling better in 1 day, call your doctor.



Your child has **any** of these:

- Some trouble breathing
- Cough in the day or night
- Mild wheeze
- Feels tightness in chest

**Albuterol**  
2 puffs with spacer

If needed,  
give every 4 hours

and

**Everyday**

Morning

**Flovent**  
2 puffs with spacer

Night

**Singular**  
1 chewable tablet

and

**Flovent**  
2 puffs with spacer

**Very sick** The asthma is getting worse.  
Give **sick medicine**. **Get help now!**



Your child has **any** of these:

- Breathing is hard and fast
- Can't stop coughing
- Ribs show when breathing
- Neck pulls in
- Can't talk or walk well

**Albuterol**  
2 puffs with spacer

and

Call a doctor or 911  
Go to the hospital

The H.E.L.P. Project Bellevue Hospital Pediatric Clinic (212) 562-5524  
© 2011 NYU School of Medicine-Department of Pediatrics

Bajo nivel de alfabetización plan de acción contra el asma - en inglés.



# Cómo Puede Usted Ayudar

---

- Recomiende a los pacientes que elaboren un plan de acción contra el asma con su médico.
- Asegúrese de que comprendan el plan y tengan disponibles los medicamentos para implementarlo, y sepan cómo usarlos!
- Puede ser necesario actualizar los planes de acción cuando cambie el asma del paciente (y su régimen de tratamiento).

# Conclusiones

---

- Los ataques de asma son comunes. Por lo general, se desarrollan en un período de unos pocos días.
- Un ataque de asma severo es aterrador y puede ser peligroso.
- A los pacientes con asma y/o sus cuidadores se les puede enseñar a reconocer los signos de un ataque de asma y tomar medidas antes de que se agrave.

# Conclusiones (cont.)

---

- Un plan de acción por escrito detalla los pasos a seguir cuando el asma empeora; los pacientes/cuidadores deben tener un plan y compartirlo con otros miembros de la familia, escuela, campamento, etc.
- Usted puede ayudar a garantizar que los pacientes con asma tengan un plan de acción y lo comprendan.