



## Uso de inhaladores con aerosol para el tratamiento del asma

### Ventajas de los inhaladores

Los inhaladores depositan la medicina directamente en las vías respiratorias de los pulmones, que son los sitios de la enfermedad. Esto ayuda a que haya una concentración mayor de la medicina, al mismo tiempo que disminuye la proporción de efectos secundarios debido a dicha droga. Los inhaladores de dosis medidas (MDI por sus siglas en inglés) se han usado muchísimo por bastante tiempo, ya que son pequeños y portátiles. Se ha demostrado que son eficaces solamente si se usan correctamente.

### Desventajas de los inhaladores

Las sustancias que impulsan la medicina en el inhalador, los fluorocarbonos, han sido prohibidos internacionalmente, ya que su uso daña la capa de ozono. Sin embargo, se ha hecho una excepción médica en cuanto a los inhaladores. Se están realizando estudios científicos para sustituirlos por inhaladores como los que usan polvo seco, aparatos que funcionan por medio del aliento, y que no requieren el impulso provisto por los fluorocarbonos. Ya existen en el mercado algunos inhaladores que no tienen fluorocarbonos; consulte a su proveedor de salud al respecto.

### Como se usan la mayoría de los inhaladores

#### Técnica con la boca abierta con el MDI:

1. Quite la tapadera y mantenga el inhalador vertical
2. Agite el inhalador
3. Incline su cabeza un poco hacia atrás mientras exhala (respira hacia afuera) despacito
4. Abra la boca y mantenga el inhalador 1-2 pulgadas cerca de la misma.
5. Presione el botón para que salga la medicina mientras Ud. empieza a inhalar despacito
6. Inhale despacito (3-5 segundos)
7. No respire por 10 segundos para permitir que la medicina entre hasta las vías respiratorias inflamadas
8. Repita el mismo procedimiento como ha sido ordenado, esperando un minuto entre inhalaciones, para permitir que la segunda dosis entre más profundamente a los pulmones
9. Limpie su inhalador diariamente, o como sea recomendado por el fabricante

#### Técnica con la boca cerrada y con un dispositivo para crear un espacio (espaciador):

1. Quite la tapadera y mantenga el inhalador vertical
2. Agite el inhalador
3. Coloque el espaciador pegado al frasco con medicina
4. Incline su cabeza un poco hacia atrás y exhale poco a poco
5. Ponga el espaciador/ inhalante en su boca
6. Presione el botón para que salga la medicina al mismo tiempo que

empieza a inspirar (respira hacia adentro)

7. Inspire poco a poco (3-5 segundos)
8. No respire por 10 segundos para que la medicina llegue hasta adentro de sus pulmones
9. Repita este procedimiento como ha sido ordenado; esperando un minuto entre aspiraciones para que la medicina llegue más adentro de los pulmones durante la segunda aspiración.
10. Limpie su inhalador diariamente, o como sea recomendado por el fabricante

**Nota:** Los espaciadores ayudan a usar los MDIs mejor, y también disminuyen los efectos secundarios. Deberán de ser usados, de forma particular, con medicamentos que contienen esteroides, como la cortisona, los cuales no traen su propio espaciador.

### Medicinas

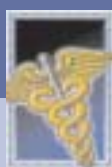
El doctor le recetara medicinas después de evaluar su salud cuidadosamente. Algunas personas, sin darse cuenta que los inhaladores contienen medicamentos fuertes y que no son juguetes, comparten su inhalador con otras personas, o los dejan al alcance de los niños. Siempre siga las instrucciones de su doctor, las cuales deberán ser por escrito, ya que el uso de los inhaladores requiere que usted entienda como utilizarlos para que sean efectivos. Si después de salir de la oficina del médico, usted se siente confundido, o si ya hace mucho que no ha usado el MDI, llame a su médico o enfermera para revisar las instrucciones.

El uso de los inhaladores no es como tomar una pastilla o inyección, los cuales son automáticamente absorbidos por el cuerpo. Los medicamentos en inhaladores son efectivos si se usan adecuadamente, de forma tal que el medicamento llegue a las vías aéreas de sus pulmones. Siempre siga las instrucciones incluidas con su inhalador, revise las instrucciones con su médico. Si usted toma más de una medicina en inhalador, asegúrese de usar la medicina que trabaja más rápido primero, como el albuterol, para que las otras medicinas, tales como los corticoesteroides, puedan entrar mucho más adentro de los pulmones y ser eficaces.

### Los inhaladores reemplazos

Los inhaladores de polvo seco tienen códigos de colores, o números, para ayudar a identificar cuantas dosis quedan. Otros inhaladores tienen apuntados el número de dosis en cada botecito. Para calcular cuantos días le va a durar su medicamento, divida el numero de tomas (puffs) en el botecito por el número de tomas que usted usa cada día.

*Peggy Wofgang, RN, CCRC, es directora de estudios de Allergy Research Associates, una compañía privada que se especializa en asma, alergias e inmunología, localizada en el Centro Medico de Crozer-Chester en Upland, PA.*



## Notas