

CRISIS ASMÁTICAS

¿QUÉ ES EL ASMA?

El asma es una enfermedad inflamatoria crónica de los bronquios, que hace que sean más sensibles. Al ponerse en contacto con determinados estímulos los bronquios se cierran parcialmente y se manifiesta como una crisis de asma que se caracteriza por episodios repetidos de tos, dificultad para respirar (fatiga) y ruidos de pecho (pitos).

Estos síntomas aparecen porque durante las crisis, los bronquios se estrechan y el aire entra con más dificultad y esto ocurre por un doble motivo: porque su calibre disminuye por contracción del músculo bronquial (broncoespasmo) y porque la pared de ese bronquio está inflamada.

¿CÚAL ES LA CAUSA DE ESTOS EPISODIOS?

Son muy variadas. Los factores más frecuentes causantes de una crisis de asma son los catarros, el frío, el humo, la contaminación atmosférica y algunas alergias a inhalantes como polen, epitelio de animales, polvo doméstico etc.

¿CÓMO PUEDEN EVITARSE?

- Con medicación de base. Muchos niños con asma, sobre todo moderado o grave, toman diariamente un tratamiento preventivo. Su médico valora si su hijo la necesita, y en ese caso, es importante que la tome para disminuir la inflamación crónica de los bronquios y las crisis.
- No fumando nunca en casa si el niño tiene asma.
- Evitando al realizar ejercicio, las actividades intensas sin calentamiento previo.
- Evitando los cambios bruscos de temperatura.
- Evitando el contacto con las sustancias a las que el niño sea alérgico.

¿QUÉ DEBE HACER ANTE UNA CRISIS DE ASMA?

- Es importante que tanto los padres como el niño estén tranquilos. Mantenga la calma si su hijo sufre una crisis, de lo contrario su reacción puede ponerle nervioso y empeorarla.
- Mantenga al niño sentado y en reposo. Sitúelo en un ambiente agradable y sin humos.
- Si ha tenido más episodios y tiene medicación en casa, comience a darle el tratamiento recomendado para estos casos, fármacos dilatadores de los bronquios de acción rápida como el salbutamol o la terbutalina.
- Recuerde que si comenzamos con los inhaladores antes de que el niño tenga fatiga, la evolución será mejor. Tenga siempre en casa medicación disponible. No espere a que le vea un médico. Usted sabe como evoluciona su hijo.

¿CÚANDO DEBE ACUDIR AL SERVICIO DE URGENCIAS?

- Si el niño está muy agitado o somnoliento
- Si se pone morado o muy pálido.
- Si está muy sudoroso
- Si tiene mucha dificultad para respirar: respira cada vez más deprisa, se le hunde el pecho, se le marcan las costillas o se le mueve mucho la barriga al respirar.
- Si precisa los broncodilatadores con excesiva frecuencia para encontrarse mejor.