

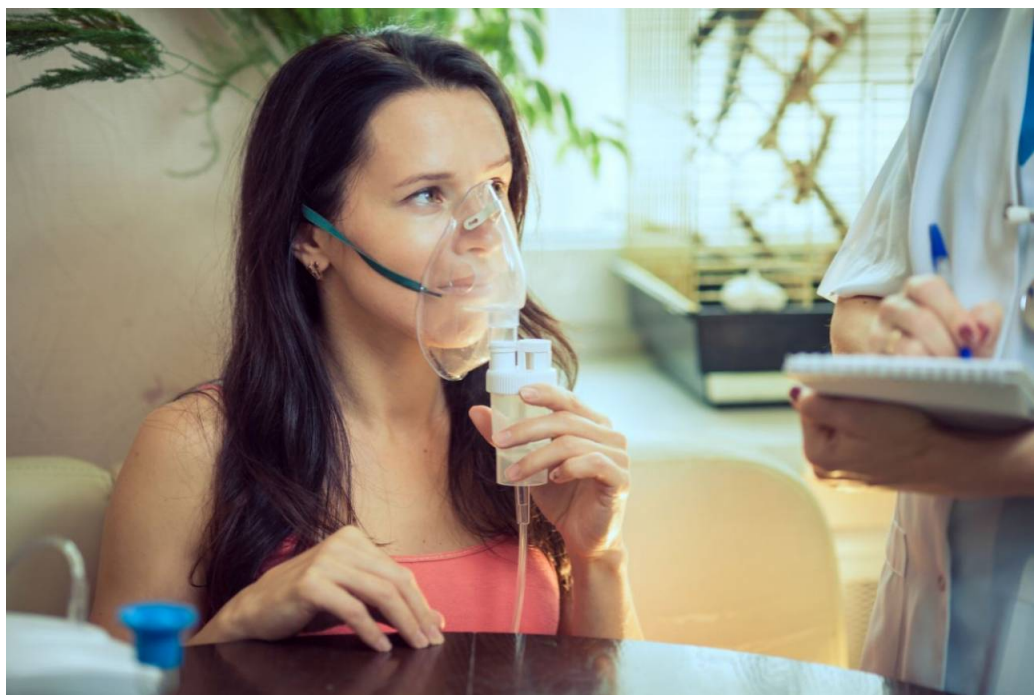
DÍA MUNDIAL DEL ASMA

## Vivir con asma: cuando respirar te ahoga

La enfermedad respiratoria crónica más prevalente en el mundo sigue siendo un misterio para los médicos. Aún hoy se desconocen las causas de esta patología caracterizada por tos, pitidos al respirar y sensación de ahogo. Hay tratamientos eficaces para controlar sus síntomas en la mayoría de casos, sin embargo, la prevención y la cura están todavía lejos de alcanzarse.

Verónica Fuentes

1/5/2018 08:00 CEST



Entre el 60 y 70% de los asmáticos no tiene bien controlada su enfermedad. / Adobe Stock

Si usted tiene episodios cíclicos de tos, dificultad respiratoria, pitos, presión en el pecho y limitación al hacer ejercicio, debería ir al médico. Es muy probable que sea una de las más de 235 millones de personas en el mundo – más de 3 millones en España– que sufren asma y no lo sepa, como el 50% de los afectados que permanece sin diagnosticar.

“A pesar de ser una enfermedad muy frecuente, es una gran desconocida para la población general”, explica a Sinc Olaia Bronte Moreno, que trabaja en la Unidad de Asma del [Hospital de Galdakao](#) (Bizkaia). “Muchos de los asmáticos relacionan sus síntomas con ansiedad, cuadros catarrales o

alergias, por lo que resulta fundamental sensibilizar a la sociedad”.

---

Es una gran desconocida. Muchos de los asmáticos relacionan sus síntomas con ansiedad, cuadros catarrales o alergias

Cada primer martes de mayo se celebra el Día Mundial del Asma para concienciar a la ciudadanía sobre esta enfermedad crónica que requiere de un tratamiento continuado –farmacológico y no farmacológico– y cuyas causas no están claras, salvo cuando existe una alergia.

El aumento del uso de antibióticos, la reducción de las infecciones, los ambientes cada vez más limpios o el mayor número de cesáreas frente a partos naturales consiguen que el sistema inmunitario cambie su respuesta de defensa y genere una reacción alérgica frente a agentes inocuos, como ácaros y pólenes.

Según apunta Paloma Campo, especialista en Alergología del [Hospital Regional de Málaga](#), “se sabe que el estilo de vida moderno está detrás del importante aumento de la atopia. Y una población más atópica está en mayor riesgo de desarrollar asma”.

Por otro lado, el cambio climático y el aumento de la contaminación, especialmente de las partículas diésel, provocan que el polen sea más alergénico. Al romper los granos, las partículas se inhalan y llegan al árbol respiratorio con mayor facilidad. Todo ello se combina con una predisposición genética –el 70% de los afectados posee un componente familiar–.

Uno de los estudios más completos sobre la enfermedad, publicado a finales de 2017 en [The Lancet Respiratory Medicine](#), analiza en 188 países sus datos desde 1990 hasta 2015 y los compara con los de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).

Los resultados indican que el asma fue la enfermedad respiratoria crónica más prevalente en todo el mundo, con el doble de casos que de EPOC en

2015. Es más, en el periodo analizado la prevalencia de asma aumentó un 12,6%. No obstante, las muertes por EPOC fueron ocho veces más comunes que por asma, lo que confirma la eficacia de la medicación.

## Mala adherencia al tratamiento

El asma es una enfermedad controlable gracias a las terapias actuales. “Cuando se prescribe un tratamiento óptimo y el paciente lo toma apropiadamente, la respuesta normalmente es espectacular, hasta el punto de no tener síntomas”, indica a Sinc Vicente Plaza, del servicio de Neumología del [Hospital de la Santa Creu i Sant Pau](#) de Barcelona. “Sin embargo, se estima que el asma es una de las enfermedades crónicas con peor adherencia al tratamiento”, continúa.

---

El asma es una enfermedad controlable con terapias, pero la ‘corticofobia’ hace que muchos pacientes dejen el tratamiento

Para Plaza, coordinador de la Guía Española para el Manejo del Asma ([GEMA](#)), el motivo es que muchas de las personas afectadas son jóvenes y tienden a ser erráticas en la toma de los fármacos. Además, existen falsas creencias sobre sus efectos secundarios. “Con los nuevos tratamientos ya no se producen. Pero en la sociedad existe mucha ‘corticofobia’, una causa frecuente de baja de adherencia terapéutica”.

Si bien en la actualidad es infrecuente que las personas asmáticas precisen ingreso hospitalario por una crisis, se estima que entre el 60 y 70 % de los asmáticos no tiene bien controlada su enfermedad.

“Un bajo nivel socioeconómico, la variabilidad de la enfermedad, que hace creer al paciente que se ha curado; falta de comprensión del tratamiento y características propias de la terapia inhalada (aprendizaje de la técnica, uso del dispositivo...) pueden estar detrás del mal cumplimiento terapéutico”, añade Olaia Bronte.

Un mal seguimiento de la medicación puede traducirse en complicaciones a

largo plazo, incluyendo una disminución de la función pulmonar, absentismo laboral o escolar y una merma importante en la calidad de vida. “Es muy importante la educación del paciente sobre el uso del tratamiento y manejo de las crisis, así como consultar con el especialista ante algún cambio en el control de la enfermedad”, subraya Paloma Campo.



Los efectos del tabaco sobre el sistema respiratorio afectan también a personas con asma. / Pixabay

## Asma de difícil manejo

Existe un tipo de asma que no se controla ni con altas dosis de fármacos, lo que supone visitas a urgencias. Diferentes investigaciones han demostrado que estos pacientes sufren una alta morbilidad, mortalidad y exacerbaciones frecuentes a pesar del tratamiento.

Un estudio, publicado en febrero de 2018 en el [Journal of Allergy and Clinical Immunology](#) por investigadores del [Hospital General Universitario Gregorio Marañón](#) de Madrid, determina las características de estos pacientes más graves. La media de sus visitas hospitalarias por una crisis en 2016 fue de 3,73 por persona, con una mayoría de mujeres (87,5%) de una edad promedio de 58 años.

---

Los expertos definen esta enfermedad por su variabilidad extrema. No hay un perfil claro de la persona asmática

Pero dejan claro que no hay un perfil claro de la persona asmática. De hecho, los expertos definen esta enfermedad en muchos aspectos por su variabilidad: “Es extrema tanto en la forma de presentación de los síntomas que refieren los afectados como en su progresión”, afirma Vicente Plaza, que también es el delegado español en la Global INitiative for Asthma ([GINA](#)).

José Manuel Zubeldia, autor principal de este artículo, declara a Sinc que en el asma grave existen diferentes formas de presentación. “Asma no atópica de inicio tardío, asma atópica grave, asma grave con obstrucción fija al flujo aéreo, o asma asociada a obesidad. Ninguno de estos perfiles se corresponde de modo claro con una anatomía patológica específica, un biomarcador, factores genéticos concretos o una respuesta determinada a un tratamiento específico”.

De los pacientes más difíciles de controlar también se ocupará el proyecto [MEGA](#), un estudio puesto en marcha por investigadores del Centro de Investigación en Red de Enfermedades Respiratorias ([CIBERES](#)) sobre los mecanismos implicados en el origen y evolución del asma, cuyo objetivo es la creación y seguimiento a largo plazo de una cohorte de pacientes asmáticos.

## Una vacuna para el asma

La investigación actual está centrada en estas formas graves de asma. Tras alcanzar tratamientos eficaces para la gran mayoría de afectados, hoy en día la discusión está en si se puede curar o prevenir.

Pero, ¿se podrá llegar a predecir algún día el riesgo de asma? Se ha descrito un valor clínico denominado índice predictivo de asma para definir el riesgo en niños menores de tres años con crisis recurrentes.

---

El asma ya se puede curar si existe una causa

alérgica y esta se consigue erradicar. El problema llega si la enfermedad es crónica

Según Santiago Quirce, jefe de Alergología del [Hospital de la Paz](#) (Madrid), para prevenir el asma habría que incidir en las primeras etapas de la vida, incluso en el embarazo. “Como se ha visto que el ambiente muy rural protege, ahora se está investigando qué componentes son los que educan al sistema inmunitario para prevenir el asma. Todo está relacionado con los microorganismos a los que nos exponemos de forma temprana”.

Los investigadores ya empiezan a sugerir el efecto protector de nacer en una casa con animales, sobre todo perros; y el de tener muchos hermanos. “El último de una familia tiene mucho menos riesgo de asma que el mayor y eso es porque hay un ambiente con más oportunidades de exposición microbiana”, continúa.

Sobre la posibilidad de una vacuna, el especialista de La Paz afirma que la idea no es descabellada: “La viabilidad está relacionada con manipular el sistema inmunitario inhibiendo las respuestas implicadas en el asma”.

El médico lo tiene claro. “Esta patología se puede curar si existe una causa alérgica y esta se consigue erradicar. El problema es si la enfermedad es crónica”. Al menos los expertos ya son capaces de imaginar un futuro en el que el asma no esté en el listado de las enfermedades de larga duración.

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

ASMA | INHALADOR | ENFERMEDAD RESPIRATORIA | SIBILANCIA | CRISIS |

**Creative Commons 4.0**

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)

