

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Sep 14, 2022

¿Cómo puedo saber si mi asma está fuera de control?

Debe consultar a su médico si le ocurre alguna de las siguientes situaciones:

- Te despiertas por la noche más de lo habitual con síntomas de asma. Estos síntomas pueden incluir tos
- El inhalador que usa para tratar sus síntomas rápidamente (su aliviador) no ayuda a su respiración por mucho tiempo o no ayuda en absoluto, o lo está usando con más frecuencia
- No puede exhalar tanto aire como lo haría normalmente, como lo indica un medidor de PEFR (PEFR es la abreviatura de tasa de flujo espiratorio máximo). Los médicos a veces recomiendan que las personas usen estos medidores en casa para controlar regularmente su respiración.

Debe buscar tratamiento de emergencia si:

- Es difícil hablar debido al asma
- Tu nariz se abre de par en par cuando respiras
- La piel se contrae alrededor de las costillas y el cuello cuando respira
- Los latidos del corazón o el pulso son muy rápidos
- Te resulta difícil caminar
- Los labios o las uñas se vuelven grises o azules.

Al menos una vez al año, su médico, o una enfermera con capacitación especial en asma, debe verificar que su asma esté bien controlada. Es posible que le hagan preguntas sobre sus síntomas, como las siguientes:

- Ha tenido dificultades para dormir debido a los síntomas del asma (incluida la tos)?
- Has tenido tus síntomas habituales durante el día (tos, sibilancias, opresión en el pecho o dificultad para respirar)?
- El asma le ha impedido hacer algo (como el trabajo o las tareas domésticas)?

¿Cómo puedo saber si mi asma está fuera de control?

Dependiendo de sus respuestas, es posible que le sugieran que cambie su tratamiento. También pueden hacer pruebas para medir la función pulmonar.

Si su función pulmonar es deficiente o si sus síntomas empeoran, es posible que deba aumentar la dosis de su medicamento o agregar más medicamentos a su tratamiento. A esto se le llama **dar un paso adelante**.

Pero si su asma está bajo control, es posible que pueda reducir sus medicamentos. A esto se le llama **renunciar**.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

