

# El asma

y las pruebas de la  
función pulmonar

---



Una guía de las pruebas de respiración  
para el asma

PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# ¿Qué son las Pruebas de la función pulmonar?



Si usted padece asma o se sospecha que podría tener asma, será necesario que se haga pruebas de la función pulmonar (pruebas de respiración).

Estas pruebas comprueban el funcionamiento de sus pulmones y cómo afecta el asma su respiración. Para el asma se utilizan dos tipos de prueba de respiración: la **espirometría** y la **medición del flujo respiratorio máximo**.

## Las pruebas de respiración por espirometría

La espirometría es la prueba de respiración más exacta con respecto al asma. Mide la cantidad de aire que la persona inspira y exhala de los pulmones, y con cuánta fuerza y velocidad puede exhalar el aire. Dicho de otro modo, mide la función pulmonar total.

La máquina utilizada para esta prueba se denomina espirómetro. Los médicos usan el espirómetro para:

- comprobar si las vías respiratorias de los pulmones son más estrechas de lo que deberían ser
- confirmar si la persona padece asma
- calcular la gravedad del asma
- constatar si el asma está empeorando
- constatar si el asma está mejorando con el tratamiento.

Los resultados de la prueba ayudan al paciente y a su doctor a decidir si necesita medicamentos, o a calcular si es preciso cambiar el tipo o dosis del medicamento actual. La mayoría de los adultos y niños mayores de 7 años de edad pueden hacer las pruebas de espirometría correctamente.

## ¿Qué debo hacer en la prueba de espirometría?



En general, la prueba de espirometría se realiza en el consultorio del médico, o éste puede derivar al paciente a un laboratorio de un hospital especializado en esta prueba.

Antes de hacer la prueba, el profesional que la esté administrando le explicará cómo hacerla correctamente. Le alentará enérgicamente durante toda la prueba a que exhale lo más fuerte y rápido que pueda.

Es posible que también le pida que use un broche para la nariz a fin de asegurarse que esté exhalando solamente por la boca y no por la nariz.

Durante la prueba de espirometría se le pedirá que:

1. Se siente derecho en una silla, que no cruce las piernas y que apoye los pies en el piso
2. Inspire completa y rápidamente
3. Haga una pausa de menos de un segundo
4. Se coloque la boquilla del espirómetro en la boca y apriete los labios para sellarlo bien
5. Exhale lo más fuerte y rápidamente posible, hasta que sus pulmones estén completamente vacíos, o hasta que no pueda soplar más
6. Inspire completa y rápidamente otra vez
7. Retire la boquilla del espirómetro

Tendrá que repetir la prueba por lo menos tres veces para obtener el mejor resultado. A veces esto no es posible en una sola consulta, ya que la prueba puede ser bastante cansadora.

La prueba no duele; sólo requiere que el paciente haga un esfuerzo para exhalar lo más fuerte que pueda.

En algunos casos se le pedirá que haga la prueba de espirometría nuevamente después de haber usado un medicamento para “aliviar” el asma (generalmente se trata de un inhalador azul o gris). La prueba se realizará unos 10 minutos después de haber usado el medicamento para comprobar si éste ayuda a mejorar la función pulmonar.

Su doctor debe explicarle los resultados de la prueba de espirometría.

Para obtener mayor información sobre qué es una prueba de espirometría consulte nuestra página web para mirar un video:

[nationalasthma.org.au](http://nationalasthma.org.au)



## Las pruebas de medición del flujo de respiración máximo



Para realizar estas pruebas se utiliza un medidor de flujo máximo que mide la velocidad máxima a la cual el paciente puede exhalar aire. Esto da una idea de cuán estrechas son sus vías respiratorias. También indica cuánto están cambiando sus vías respiratorias. No obstante, la prueba de medición del flujo de respiración máximo no se puede usar para confirmar si el paciente padece asma; para esto se usa el espirómetro (véase *Las pruebas de respiración por espirometría*).

Es posible que su médico le pida que use un medidor de flujo máximo para comprobar el asma en su casa. La mayoría de los niños mayores de 7 años pueden usar un medidor de flujo máximo correctamente.

A veces se utilizan las pruebas de flujo máximo de respiración como parte de un Plan escrito de acción para el asma que se formula con el médico. El Plan escrito de acción para el asma ayuda al paciente a detectar si su asma está empeorando, y le dirá qué hacer en ese caso.

Si usted está usando un medidor de flujo máximo tendrá que registrar su “mejor” puntaje en la prueba. Para ello tendrá que registrar su puntaje todos los días durante 1-2 semanas cuando su asma esté bajo control. Su “mejor” puntaje se utilizará entonces como guía para que usted y su médico puedan hacer cambios al manejo de su asma.

Por ejemplo sabrá si su asma está empeorando porque su puntaje es inferior al “mejor” puntaje registrado. Entonces podrá hacer cambios a los medicamentos según las instrucciones de su Plan escrito de acción para el asma o de su doctor.

El medidor de flujo máximo de respiración sólo es una forma de comprobar su asma. Si usted no se siente bien pese a haber obtenido buenos puntajes en una prueba de flujo máximo, siga las instrucciones de su Plan de acción para el asma o consulte a su médico.

## Cómo usar el medidor de flujo máximo

Su doctor (u otro profesional de atención de la salud, como un enfermero, farmacéutico o educador sobre el asma) le mostrará cómo usar correctamente el medidor de flujo máximo.

Los pasos principales del uso del medidor de flujo máximo son los siguientes:

1. Póngase de pie
2. Sostenga el medidor de flujo máximo nivelado de forma que el indicador apunte hacia arriba. Asegúrese que el indicador esté en cero o en “comenzar” (start)
3. Inspire la mayor cantidad de aire que pueda
4. Coloque los labios alrededor de la boquilla del medidor y exhale con la mayor fuerza y rapidez posible (unos 2 segundos)
5. Compruebe su puntaje en el medidor
6. Repita los pasos 1-5 dos veces más
7. Registre el puntaje más alto de los tres.

Si sus vías respiratorias estuvieran más estrechas que de costumbre el medidor de flujo máximo indicará un resultado inferior a su “mejor” puntaje. Cuando las vías respiratorias están bien abiertas, el puntaje es el mismo o casi igual al “mejor”. (El “mejor” puntaje de una persona depende de su altura, edad y género, así que los “mejores” puntajes son diferentes para cada persona).

*Siempre* use el mismo medidor de flujo máximo para las mediciones, ya que los puntajes pueden variar de un medidor a otro. Es por este motivo que es buena idea llevar su propio medidor de flujo máximo cuando consulte al médico.



## Otras ocasiones en que posiblemente necesite un medidor de flujo máximo

Los medidores de flujo máximo de respiración sirven para comprobar el asma cuando la persona:

- sale del hospital
- necesita usar el inhalador azul más seguido
- se está resfriando
- no se siente tan bien como de costumbre
- se ha visto expuesta a un disparador conocido (por ejemplo el polen)
- ha cambiado alguno de los medicamentos, incluso diferentes dosis o medicamentos nuevos
- se despierta de noche con síntomas de asma (una señal de que el asma no está bien controlada).

## Mayor información

- Consulte a su médico o farmacéutico
- Consulte la página web del Consejo Nacional de Asma de Australia en: [nationalasthma.org.au](http://nationalasthma.org.au)
- Llame al número local de la Asthma Foundation al **1800 645 130** [asthmaaustralia.org.au](http://asthmaaustralia.org.au)

La información de este folleto no reemplaza el asesoramiento médico profesional. Si tiene alguna pregunta sobre su asma, hable con su médico.

---

## Agradecimientos

Producido por el National Asthma Council Australia en consulta con un grupo de expertos científicos y clínicos de la respiración.

Financiado por el Departamento de Salud y la Tercera Edad del Gobierno de Australia



Para obtener más folletos de esta serie, visite el National Asthma Council Australia: [nationalasthma.org.au](http://nationalasthma.org.au)

### Note for health professionals:

Visit the National Asthma Council website to access:

- this brochure in a range of community languages
- other asthma brochures in this multilingual series
- related information papers for health professionals