

REDUCIR O INTERRUMPIR EL TRATAMIENTO CONTRA EL ASMA EN VERANO SIN CONSULTAR AL MÉDICO INCREMENTA EL RIESGO DE CRISIS

- Al producirse cierta mejoría de los síntomas en verano, muchos pacientes abandonan completamente la medicación sin supervisión médica, incluso en el caso de los niños
- Un exceso de calor o sequedad en el ambiente, falta de hidratación o la presencia de alérgenos en el ambiente pueden provocar complicaciones imprevistas



Muchos pacientes con asma experimentan mejoras en sus síntomas en verano. Tras una primavera complicada, especialmente por la presencia en el aire de alérgenos, la llegada del calor provoca, a veces, excesos de confianza que llevan a reducir significativamente, e incluso a interrumpir, en muchos casos, el tratamiento, lo que sin el beneplácito de un médico puede suponer un incremento en el riesgo de crisis asmáticas.

El doctor José María Ignacio García, especialista de Neumología en el Hospital Quirónsalud Campo de Gibraltar y el Hospital Quirónsalud Marbella, alerta de que si bien “sí, muchos pacientes mejoran en verano, y piensan que no precisan tratamiento y lo suspenden”. Este exceso de confianza se da, señala el médico, “en todos los grupos de edad, sobre todo en niños”.

Para doctor Ignacio, “abandonar la medicación aumenta el riesgo una crisis de asma, sobre todo si hay exposición a alérgenos, contaminación o cambios bruscos de temperatura”, por lo que a su parecer el tratamiento “nunca debe ser suspendido”, matizando, no obstante, que “podría ser reducido si su médico lo cree adecuado”.

El especialista aclara que hay muchos supuestos que pueden crear complicaciones para los asmáticos, también en verano, empezando por las altas temperaturas. “El calor provoca que se reseque la vía aérea, lo que hace que el moco sea más espeso y difícil de expulsar”.

El doctor Ignacio agrega que el verano coincide con la proliferación de ciertos alérgenos, algunos pólenes, los ácaros y hongos, “que aumentan en ambientes húmedos y áreas con aires acondicionados”.

Del mismo modo, el cloro de las piscinas puede jugar una mala pasada al paciente asmático. “El cloro de las piscinas y sus derivados las cloraminas se liberan al aire y agravan el asma, sobre todo en piscinas cubiertas mal ventiladas. El asmático puede bañarse sobre todo en piscinas abiertas y en piscinas cerradas bien ventiladas”, matiza. Sin embargo, aclara que “el cloro irrita la mucosa y puede precipitar una crisis de asma, afectando principalmente a los niños”.

Asimismo, indica que “la deshidratación por sudoración aumenta la viscosidad del moco, el calor produce vasodilatación y aumenta la producción de poco espeso, y el moco puede obstruir la vía aérea del asmático”. Por estos motivos, el especialista señala que “puede aumentar la dificultad para respirar”, y recuerda que “una buena hidratación y evitar ambientes secos ayuda a mantener el control adecuado del paciente con asma”.

En cuanto a los aires acondicionados, el doctor Ignacio invita a tomar precauciones, sobre todo con los filtros. “Hay que limpiar los filtros; un filtro sucio acumula polvo, hongos y alérgenos que se dispersan por el aire y pueden producir una crisis de asma”, advierte el doctor Ignacio, quien recuerda, además, que “temperaturas muy bajas producen cambios bruscos de temperatura que pueden precipitar una crisis de asma” y que “el aire muy seco reseca la vía aérea y dificulta la secreción de moco”.

La presencia de humedades en las paredes también juega un papel fundamental en el caso de los pacientes asmáticos. “El moho en las paredes produce agravamiento severo del asma: el moho libera esporas y compuestos volátiles que pueden precipitar crisis de asma”, insiste. En este sentido, recuerda que “los ambientes húmedos, la mala ventilación y las filtraciones favorecen la aparición del moho”, por lo que “si tiene asma y alquila en zona de costa durante el verano”, el especialista recomienda a los pacientes “visitar la vivienda antes de alquilarla”, revelando que “atendemos muchas crisis de asma en personas con asma que alquilan casas húmedas, mal ventiladas y con moho en las paredes”, finaliza el médico del Hospital Quirónsalud Campo de Gibraltar y el Hospital Quirónsalud Marbella.