

# Cómo usar medicamentos inhalados para el asma y para la enfermedad pulmonar obstructiva crónica



KAISER PERMANENTE

## Cómo usar medicamentos inhalados

Los medicamentos inhalados son una parte importante para el tratamiento del asma y de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (o COPD, por sus siglas en inglés). El medicamento va directamente a los pulmones (donde se necesita) por lo cual es más efectivo y causa menos efectos secundarios. La forma más común de usar este medicamento inhalado es a través del **inhalador de dosis medidas** (o MDI, por sus siglas en inglés).

Un MDI funciona mejor con un dispositivo llamado **espaciador**. Un espaciador hace que llegue aún más medicamento a los pulmones, de este modo el remedio trabaja mejor. Queda menos medicamento en la boca y en la garganta, por lo cual hay menos efectos secundarios. También es más fácil usar un MDI con un espaciador ya que no es necesario coordinar la descarga con la respiración. La mayoría de los niños pequeños y algunas personas de edad avanzada no pueden coordinar la descarga con la respiración. Estas personas deben usar un espaciador para obtener algún beneficio de un MDI.

Este folleto trata de varios tipos de inhaladores:

**Esteroides inhalados (también llamados de control):** beclometasona (QVAR), fluticasona (Flovent), budesonida (Pulmicort).

Estos medicamentos ayudan a controlar la inflamación (hinchazón) causada por un ataque de asma. Debe aplicarlos como está recetado para que funcionen. No aliviarán sus síntomas inmediatamente.

**Broncodilatadores (también llamados agente aliviador):** albuterol (Proventil, Ventolin), metaproterenol (Alupent, Metaprel).

Estos medicamentos sólo pueden ayudar a aliviar los síntomas de un ataque de asma o ayudar a reducir el efecto de los agentes causantes, incluido el ejercicio. La mayoría de las personas con asma no puede depender tan sólo de un medicamento de alivio.

**Si usa más de un medicamento inhalado a la vez, use primero el broncodilatador (agente aliviador).**

Esto abre las vías respiratorias de modo que los otros medicamentos puedan llegar mejor a los pulmones. Si tiene preguntas sobre el uso de los medicamentos inhalados, hágaselas a su médico.

## Cómo usar un inhalador de dosis medidas y un espaciador AeroChamber

Es importante usar el inhalador y el espaciador correctamente para que la medicina llegue a los pulmones. Pídale a su proveedor de cuidado de salud que revise el modo en que usted o su niño usa el inhalador y el espaciador juntos.

Siga estos pasos o dé estas instrucciones a su niño:

1. Párese derecho.
2. Retire la tapa del inhalador.
3. Agite bien el inhalador e insértelo en el espaciador.
4. Exhale normalmente.
5. Coloque la boquilla del espaciador en su boca entre los dientes, con la lengua por debajo. Asegúrese de que sus labios se ajusten bien alrededor de la boquilla y que la sellen.
6. Presione una vez hacia abajo en el envase del medicamento, liberando una “descarga” o dosis de medicamento en el espaciador. No libere más de una descarga a la vez.
7. Inhale lenta y profundamente del espaciador. Llene sus pulmones con tanto medicamento y aire como le sea posible.
8. Saque el espaciador de su boca y contenga la respiración.
9. Lentamente, cuente hasta 10 mientras contiene la respiración.
10. Exhale lentamente por la boca.
11. Si está tomando más de una descarga del medicamento de alivio rápido, puede ayudarle si espera por lo menos un minuto entre descargas.
12. Cuando haya terminado de tomar el medicamento, quite el inhalador del espaciador y vuelva a colocar la tapa en la boquilla del inhalador. Si usa un esteroide inhalado (por ejemplo, QVAR, Flovent o Asmanex), asegúrese de enjuagarse la boca con agua.



## Cómo usar un inhalador de dosis medidas y un AeroChamber con mascarilla

Los niños pequeños, especialmente los bebés y los que están empezando a caminar, puede que tengan dificultad sosteniendo la respiración. El uso de un espaciador con mascarilla permite que los niños pequeños inhalen varias veces para obtener así la dosis exacta de la medicina.

1. Quite la tapa del inhalador.
2. Sostenga derecho el inhalador e insértelo en el espaciador.
3. Coloque a su bebé o a su niño de una forma cómoda en su regazo. La parte de atrás de la cabeza del niño debe recostarse contra su pecho.
4. Coloque la mascarilla del espaciador ajustada contra la boca y la nariz de su niño, asegurándose de que selle bien. La mascarilla debe ajustar bien, sin que haya espacios entre la mascarilla y la piel.
5. Presione el inhalador para soltar sólo una descarga de medicamento en el espaciador.
6. Haga que su niño inhale y exhale normalmente seis veces.
7. Está bien si su niño llora. Se necesita respirar profundamente para llorar.
8. Si su niño necesita otra descarga del medicamento, espere un minuto y repita los pasos 4 y 5.
9. Cuando su niño haya terminado de usar el medicamento, quite el inhalador del espaciador y vuelva a colocar la tapa en la boquilla del inhalador.

## Cómo usar un inhalador de dosis medidas y un espaciador EZ

1. Jale la agarradera que está encima de la bolsa plegable de plástico. Luego, jale hacia abajo y gire suavemente la bolsa de reserva para abrir la bolsa completamente.



2. Deslice la barra de la parte superior hacia la derecha para extender la boquilla.
3. Agite el inhalador. Esto mezcla la medicina debidamente. Saque el inhalador de su caja de plástico.
4. Inserte el inhalador en el agujero junto a la agarradera.

5. Pida a su niño que exhale suavemente.
6. Pida a su niño que coloque la boquilla en su boca entre los dientes y que cierre los labios alrededor de la boquilla.
7. Oprima el inhalador una vez para que salga una sola descarga de la medicina.
8. Pida a su niño que inhale lenta y profundamente por 3 a 5 segundos. La bolsa del espaciador EZ se plegará.
9. Pida a su niño que contenga la respiración por diez segundos, o si su niño no puede contener la respiración, pídale que inhale y exhale cinco veces.
10. Haga que su niño vuelva a respirar normalmente.
11. Repita los pasos 5 a 9 cuando se le receta más de una descarga.
12. Enjuague siempre la boca de su niño después de haber usado esteroides inhalados.

## Cómo usar un inhalador de dosis medidas con un InspirEase

Su niño debe poder seguir instrucciones para inhalar por la boca en el momento preciso para usar el InspirEase. Usualmente los niños deben ser mayores de 6 años.

1. Conecte la boquilla a la bolsa alineando las lengüetas con la apertura en la bolsa. Empuje y gire para cerrar y asegurar.
2. Abra la bolsa con cuidado desenrollando y expandiendo.



3. Agite el inhalador. Sáquelo del envase de plástico e insértelo firmemente en el soporte de plástico directamente en frente de la bolsa del InspirEase.
4. Pida a su niño que exhale tanto aire como pueda.
5. Pida a su niño que se ponga la boquilla en la boca, sosteniéndola suavemente con los labios y los dientes.
6. Presione hacia abajo en el inhalador para distribuir la medicina en la bolsa.
7. Pida a su niño que inhale lentamente por la boquilla. Si escucha un silbido, pida a su niño que respire más lentamente hasta que no se pueda escuchar ningún sonido.
8. Pida a su niño que contenga la respiración mientras usted cuenta lentamente hasta 10.
9. Pida a su niño que exhale lentamente en la bolsa, llenándola de aire.
10. De nuevo, pida a su niño que inhale lentamente por la boca; sostenga la respiración mientras se cuenta hasta 10, y luego exhale lentamente en la bolsa haciendo que se llene de nuevo.
11. Pida a su niño que descanse. Repita los pasos 4 a 10 cuando se haya recetado más de una descarga.

## Errores comunes para tener en cuenta

- Olvidarse de agitar el envase
- Sostener el inhalador al revés
- Inhalar a través de la nariz
- Dejar de inhalar cuando el propulsor frío llega a la garganta
- No contener la respiración
- Inhalar más de una dosis en una sola respiración
- No llevar la cuenta de su medicación
- Inhalar demasiado rápido

## Cuidado del inhalador de dosis medidas (MDI) y del espaciador AeroChamber

- Lave a mano el sostén de plástico del inhalador y el espaciador con jabón suave y agua tibia, por lo menos una vez por semana.
- Déjelos secar al aire. (Quite el envase del sostén plástico antes de lavarlo.)
- No ponga ni el inhalador ni el espaciador en un lavaplatos automático.

## Limpieza y cuidado del espaciador E-Z

1. Limpie el espaciador E-Z a mano por lo menos una vez por semana. No es seguro lavar un espaciador E-Z en un lavaplatos automático.
2. Quite el plato de la parte de abajo del espaciador con la uña o haciendo girar una moneda en la ranura.
3. Jale la manija para abrir y deslice la barra hacia la derecha para extender la boquilla. Jale hacia abajo y gire suavemente la bolsa de reserva.
4. Sumerja el espaciador y la bandeja inferior en una palangana con agua y un detergente suave.
5. Lave la parte de adentro y la de afuera y el plato inferior.
6. Enjuague el espaciador y el plato inferior con agua limpia.
7. Sacuda el exceso de agua.
8. Seque al aire libre, encima de una toalla limpia y espere a que se seque antes de guardarlo. El espaciador E-Z no debe ser guardado cerca de fuentes de calor.

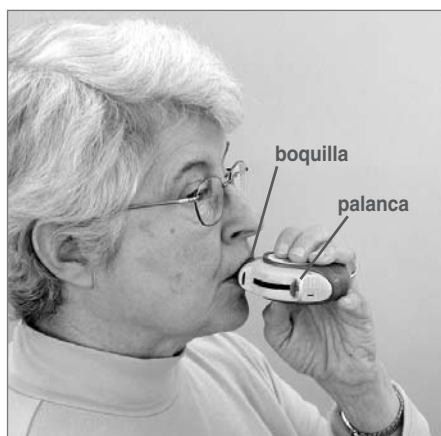
## Limpieza y cuidado del InspirEase

1. Desconecte la boquilla del InspirEase y límpiela plenamente con agua caliente, dejándola correr. No es seguro usar el InspirEase en un lavaplatos automático.
2. Sacuda el exceso de agua.
3. Seque al aire libre, encima de una toalla limpia y espere a que se seque antes de guardarlo. El InspirEase no debe ser guardado cerca de fuentes de calor.
4. No limpie la bolsa plegable de plástico. Debe ser reemplazada cada 4 semanas o según sea necesario.
5. La boquilla debe ser reemplazada cada seis meses o cuando ya no funcione correctamente.

## Cómo usar inhaladores de polvo seco (DPI)

Siga estos pasos o dé estas instrucciones a su niño:

1. Párese derecho.
2. Descargue una dosis de medicamento en la cámara del inhalador según las instrucciones para su DPI. No descargue más de una dosis por vez.
3. Después de que haya descargado el medicamento, asegúrese de no voltear el DPI. El medicamento puede salirse. También, no sople en el DPI.
4. Exhale primero y luego ponga su boca completamente sobre la abertura del inhalador.
5. Inhale el polvo seco de un modo rápido y profundo
6. Contenga la respiración por 10 segundos.
7. Cuando haya terminado de tomar el medicamento, cierre el inhalador.



## Cuidado del inhalador de polvo seco

Es importante mantener limpio y seco su inhalador de polvo seco. Use un paño para limpiar la boquilla después de cada uso y guarde su inhalador en un lugar seco.

## Cómo usar un inhalador de dosis medidas sin espaciador

**Atención:** Usar su inhalador sin un espaciador disminuye la cantidad de medicamento que en verdad llega a los pulmones. Un espaciador también puede ayudar a prevenir los efectos colaterales.

1. Retire la tapa y sostenga el inhalador derecho.
2. Agite el inhalador.
3. Inclíne ligeramente la cabeza hacia atrás y exhale.
4. Ponga el inhalador en posición como se muestra en la ilustración, con la boca bien abierta. Sostenga el inhalador a una distancia de su boca equivalente al ancho de dos dedos. Use siempre un espaciador con inhaladores de ipratropium (Atrovent). Si entra en los ojos, el Atrovent® puede causar visión borrosa.

### Técnica de boca abierta

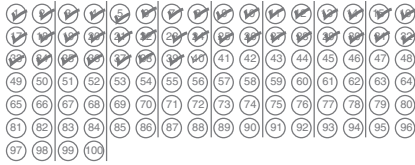


5. Presione la parte superior del inhalador para descargar el medicamento a medida que comienza a inhalar lentamente.
6. Inhale lentamente (3-5 segundos).
7. Contenga la respiración por 10 segundos para permitir que la medicina llegue profundamente a sus pulmones.
8. Exhale.
9. Respire unas cuantas veces entre las descargas. Coloque la tapa protectora en la boquilla del inhalador cuando haya terminado.
10. Enjuague siempre su boca después de usar esteroides inhalados (por ejemplo, QVAR, Flovent o Asmanex).
11. Revise las instrucciones incluidas en el empaque de su inhalador acerca de sugerencias sobre su uso correcto.

## ¿Cuántas dosis quedan en el inhalador de dosis medidas?

Un inhalador puede descargar aún cuando esté vacío. Para saber cuándo quedará su inhalador sin medicamento, haga una marca de control cada vez que tome una dosis.

Cuando el número de marcas de control iguale el número de descargas en su inhalador, éste está vacío.



Otro método es dividir el número de descargas en el envase por el número de descargas usadas cada día. Esto le dará el número de días que durará el medicamento. Marque ese día en su almanaque. Cuando ese día llegue, reemplace su inhalador.

Inhalador _____	Número de descargas
albuterol	200
beclomethasone HFA	100
budesonide	200
cromolyn	112 ó 200
fluticasone	120
ipratropium	200
nometasone	60 ó 120
nedocromil	104
salmeterol	200

Algunas personas hacen flotar sus inhaladores en agua para comprobar la cantidad de medicamento que queda. ¡Esto no funciona! Le recomendamos que use uno de los métodos para calcular que se describen arriba.

## ¿Cuántas dosis quedan en el inhalador de polvo seco (DPI)?

El dispositivo contiene 60 dosis de medicamento. Tiene un indicador de dosis que cuenta regresivamente el número de dosis a medida que se usan. Las dosis de 5 a 0 están en rojo para avisarle de surtir de nuevo su receta. Cuando aparece el “0” en el indicador de dosis, bote el dispositivo y comience con uno nuevo.

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado que usted recibe de su doctor o de otro profesional de la salud. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor. Si tiene preguntas o necesita información adicional acerca de sus medicamentos, por favor hable con su farmaceuta. Kaiser Permanente no recomienda ninguna marca de fábrica; cualquier producto similar puede ser usado.