

Al Aire Libre

Volumen 3, No. 4

Información, noticias y consejos para mejorar el asma

Invierno 2001

El cigarrillo y el asma

No pueden decirse muchas cosas buenas sobre el fumar. Para algunas personas, el fumar da placer, ayuda a controlar el apetito, y alivia la necesidad adictiva de otro cigarrillo. El lado negativo está en la larga lista de efectos dañinos, incluyendo el enfisema y la bronquitis crónica; el cáncer del pulmón, de la gástrica y la vejiga; los ataques al corazón y los infartos; las arrugas en la piel; y las frecuentes infecciones del tracto respiratorio. En adición, si una mujer embarazada fuma, se hace daño a sí misma y también a su bebé: el feto crece menos en el vientre, las complicaciones durante el parto y el alumbramiento son frecuentes, y los bebés con bajo peso al nacer tienen una variedad de problemas médicos.

Cada año, en los Estados Unidos, el fumar contribuye a cerca de 440,000 muertes que podrían evitarse. Las recientes demandas y acuerdos multibillonarios contra las compañías de tabaco demuestran el enorme costo económico del cigarrillo en nuestra salud.

El fumar tiene un efecto especial en las personas con asma. En el asma, la inflamación alérgica de los bronquios produce mucosa y resulta en tos y flema. En las personas que llevan mucho tiempo fumando, la inhalación crónica producida por el humo de las hojas de tabaco encendidas también estimula a las glándulas mucosas de los bronquios a producir exceso de mucosa, resultando en una tos con flema todos los días.

Un peligro doble: Tener asma y fumar

Si tiene asma, el espasmo y la inflamación de los músculos que rodean los bronquios hacen que

sea difícil respirar. Algunos fumadores desarrollan una estrechez de los bronquios irreversible debido a la inflamación y la cicatrización. Esto causa problemas permanentes



al respirar. Las personas con asma que fuman están en un “peligro doble”: se arriesgan a tener episodios de dificultad al respirar debido al asma, además

de la dificultad relacionada con las enfermedades de los pulmones como el enfisema y la bronquitis crónica que resultan del fumar. Una nota de interés, la mayoría de los adultos que desarrollan asma después de los 50 años tienen un historial de fumadores.

Las campañas de salud, los impuestos al cigarrillo y las políticas que prohíben fumar han tenido un gran impacto en la reducción del número de fumadores en el país. A pesar de eso, cerca de un 25% de la población adulta continúa fumando activamente (en los 1960 era un 40%). Como muchos millones de norteamericanos siguen fumando, podría ser difícil para una persona con asma evitar exponerse al *humo del fumador* (esta situación se conoce también con el nombre de *fumador pasivo o exposición ambiental al humo del tabaco*).

El respirar el humo del cigarrillo de otras personas puede ser un problema si usted tiene asma. Puede causarle tos y respiración sibilante y empeorar temporariamente su respiración. Tener asma significa que los conductos de aire en sus pulmones son extremadamente sensibles a los irritantes que se encuentran en el aire que respira, incluyendo el humo del fumador.

... continúa en la página 2

El cigarrillo y el asma . . . continúa de la página 1

El humo del fumador y la reaparición del asma

La relación entre el asma y la exposición al humo del fumador es más compleja que una irritación temporera de los conductos de aire. En primer lugar, el humo del fumador puede contribuir a que sus hijos desarrollen asma en el hogar. Los niños de padres que fuman tienen más posibilidades de desarrollar asma que los niños de padres que no fuman. En adición, cuando los padres fuman, los hijos asmáticos tienen más dificultad controlando el asma. En un estudio científico sobre niños asmáticos publicado recientemente, los síntomas de asma se aliviaron dramáticamente en el grupo de niños cuyos padres fumadores decidieron no fumar en el hogar, en comparación con los niños de padres que continuaron con su hábito de fumar.

Es difícil sobrestimar el poder de la adicción al cigarrillo. Su poder físico y emocional es enorme y comparable, según el Cirujano General, a la adicción de la heroína. Sin embargo, es posible dejar de fumar, como lo han demostrado millones de antiguos fumadores. Las ayudas para dejar de fumar incluyen el remplazo de nicotina (en forma de parche de la piel, goma de mascar, rociador nasal, o de un inhalador parecido al cigarrillo) y una receta médica (bupropion, conocida en el mercado como Wellbutrin® o Zyban®) que ayuda a eliminar el deseo de fumar.

Se ofrece consejería para dejar de fumar en muchos lugares de Nueva Inglaterra, incluyendo los programas del Massachusetts General Hospital (teléfono: 617-726-7443) y Brigham and Women's Hospital (teléfono: 617-732-8983). Si ayuda a alguien conocido a dejar de fumar, probablemente ayude también a alguien con asma.

Datos sobre el fumar

(de la declaración oficial de la Sociedad Torácica Americana, 1995)

- En los Estados Unidos, el fumar es la causa principal de muerte que puede prevenirse.
- La mitad de los fumadores actuales morirán eventualmente debido a su hábito.
- Una persona que fuma mucho a los 25 años puede esperar una expectativa de vida de menos de 25% comparado con un no-fumador.
- Cada día, 300 adolescentes comienzan a fumar.
- El humo del fumador ha sido clasificado por la Agencia de Protección Ambiental como un carcinógeno clase A.
- Los síntomas de respiración crónica tales como la tos, la flema y la respiración sibilante son más comunes en los niños de padres que fuman.

Al Aire Libre

Jefe de redacción
Editor de español

Christopher H. Fanta, M. D.
Eduardo Aquilú, Ed.D., Latino Health Institute

Al Aire Libre es publicado cuatro veces al año por Partners Asthma Center, 75 Francis Street, Boston, MA 02115. Agradecemos la generosa contribución de Glaxo Smith Kline para la publicación de este boletín.

© 2001 Partners Asthma Center.

Permiso para reproducir este boletín debe ser solicitado a la dirección de arriba.

Teléfono: (617) 732-7420 Fax: (617) 732-7421

Internet: <http://www.asthma.partners.org>

Correo electrónico (E-mail): asthma@partners.org

Noticias Sobre el Asma

Los esteroides inhalados y la prevención de muertes de asma

Hace algunos años, un grupo de investigadores del Canadá estudiaron el uso de los broncodilatadores inhalados para el asma en la provincia de Saskatchewan. Los investigadores analizaron todas las recetas médicas servidas a través de los servicios nacionales de salud del Canadá. Durante un periodo de 10 años, más de 30,000 personas entre las edades de 5-44 años recibieron medicinas contra el asma. Los investigadores también estudiaron los expedientes médicos de 44 pacientes que murieron de asma durante ese periodo. Al final, reportaron un hallazgo sorprendente: las posibilidades de morir de asma eran mayores según aumentaba el número de recetas de broncodilatadores inhalados de acción rápida (como el albuterol) despachadas durante el año precedente.

Al enterarse de estos resultados, muchos doctores se preguntaron cuáles podían ser sus posibles interpretaciones. Una posible explicación era que las medicinas podían tener un efecto negativo en el asma. Otra explicación, favorecida por muchos, era que las personas con asma severa que dependían demasiado de los broncodilatadores de alivio rápido se ponían a riesgo porque no usaban suficientes medicinas anti-inflamatorias preventivas, como los esteroides inhalados.

El verano pasado el mismo grupo de investigadores reportó en el *New England Journal of Medicine* los resultados de un estudio sobre los corticoides inhalados y el riesgo de morir de asma. En un análisis similar sobre las recetas de medicinas de asma despachadas y las muertes de asma, encontraron que el uso de esteroides inhalados protegía contra el riesgo de morir de asma. Aun el uso diario de dosis pequeñas de

esteroides inhalados demostraron ofrecer protección. Dichos resultados demuestran que la probabilidad de muertes de asma se reducía cuando aumentaban las recetas de esteroides inhalados despachadas durante el año precedente.

La muerte por asma es sólo un aspecto del problema. El resto son los ataques de asma. La muerte por asma ocurre cuando se tiene un ataque severo y no se reconoce o no se trata. La evidencia disponible indica que los esteroides inhalados reducen el riesgo de ataques asmáticos, incluyendo los ataques leves que pueden controlarse en su casa, los severos que le obligan a consultar a un médico o ir a la sala de emergencia para tratamiento, y aun aquéllos tan severos que ponen su vida a riesgo. Se podría decir que “más vale prevenir que tener que remediar.” Los esteroides inhalados son la mejor precaución.

Estudio de investigación en el Partners Asthma Center

En un número anterior de *Al Aire Libre* (Otoño, 1999), discutimos una nueva terapia inmunológica contra el asma que se enfoca en un componente importante del proceso alérgico, el anticuerpo IgE. Una compañía de investigación farmacogenética, Genentech, ha desarrollado una medicina que se pega a este anticuerpo IgE y literalmente lo saca de circulación. Esta nueva medicina no ha sido aprobada por la Administración de Alimentos y Drogas para usarse en personas. Se están realizando experimentos clínicos para determinar la seguridad y eficacia de este anti-anticuerpo IgE, que se inyecta en la piel cada dos semanas.

Durante este invierno, el Partners Asthma Center del Brigham and Women's Hospital

... continúa en la página 4

*Estudio de investigación en el Partners Asthma Center
... continúa de la página 3*

se unirá a muchos otros centros de asma alrededor del país para participar en un estudio sobre los beneficios y la seguridad de esta nueva medicina anti-alérgica en pacientes de asma. Nuestra enfermera en el Centro de Asma, Elaine Carter, R.N., ayudará a reclutar personas con asma interesadas en participar en el estudio que se extenderá por un total de 6 meses. Si le interesa recibir más información sobre este proyecto de investigación, comuníquese con Elaine al (617) 732-7419.



El Centro de Asma de Partners

le desea a usted y a su

familia muchas felicidades y

salud pulmonar en el

Nuevo Año 2001!



Al Aire Libre

Partners Asthma Center
Brigham and Women's Hospital
Massachusetts General Hospital
Faulkner Hospital
75 Francis Street
Boston, MA 02115
1-800-9PARTNERS

En esta edición

- ◆ El Cigarrillo y el Asma
- ◆ Noticias Sobre el Asma
- ◆ Un Estudio Sobre Nueva Medicina