

# 1 de mayo: Día Mundial del Asma

El primer martes de mayo de cada año se celebra el Día Mundial del Asma. La Organización Mundial de la Salud (OMS) cifra en 235 millones de personas las que en la actualidad padecen este problema a nivel global. En España, el asma afecta al 5% de la población adulta, siendo más alta la prevalencia en mujeres, según la 'Guía Española para el Manejo del Asma para Pacientes'.

Sin embargo, los estudios al respecto apuntan a que más de la mitad de las personas que padecen asma no están diagnosticadas y casi un 30% de ellas no reciben ningún tratamiento, por lo tanto, no toman medicamentos para paliar los síntomas. Como consejos para los pacientes a la hora de controlar esta complicación se encuentra la de evitar los alérgenos que más afecten al paciente. Los expertos recomiendan mantener fuera del entorno de los pacientes las sustancias, que también pueden ser medicamentos, más perjudiciales para su asma.

Otro consejo a tener en cuenta por los pacientes deber ser el de realizar ejercicios respiratorios habitualmente y, en el caso de hacer deporte, para que no influya mucho en el asma, hacerlo pero con precaución.

Los medicamentos contra el asma no deben faltar del día a día de los pacientes y una recomendación muy importante es la de evitar fumar y permanecer en entornos con humo. No hay que abandonar los medicamentos por la cuenta de uno mismo, sino seguir los consejos médicos al respecto. De hecho, es relevante seguir las recomendaciones de los especialistas ante el hecho de tomar nuevos medicamentos.

El inhalador es común entre los pacientes con asma. Los expertos recuerdan que cada paciente debe saber utilizarlo a la perfección. Los pasos son sencillos, hay que abrir el dispositivo, agitarlo, rotarlo o cargarlo, vaciar los pulmones de aire, bloquear la respiración, colocar el orificio del inhalador en la boca, inhalar a fondo, contener la respiración de cinco a diez segundos y volver a respirar con normalidad.

## Asma y comorbilidades

Un estudio de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR) ha analizado la asociación entre asma y otras comorbilidades en pacientes asmáticos respecto a voluntarios sanos. Según este análisis, el 80,8% de los pacientes tenían rinitis alérgica; el 20,3%, reflujo gastroesofágico; el 16,8%, ansiedad; el 14,6%, poliposis nasal; el 11,1%, depresión; el 11%, hipertensión arterial; el 4,7%, fibromialgia; y el 2,9%, fibromialgia.

Asimismo, los asmáticos presentaban un índice de masa corporal (IMC) significativamente mayor al grupo control, si bien el porcentaje de fumadores activos fue similar en ambos grupos y las puntuaciones de ansiedad y depresión medidas con la escala GADS reflejaron una puntuación mayor en los pacientes asmáticos. De todos estos factores, la afectación de la vía aérea superior es claro que ejerce una influencia en la sexualidad, en particular en los varones influye la rinitis.

El tabaquismo también puede ser un factor concomitante que debe estudiarse en ambos sexos. Entre las mujeres, la existencia de comorbilidades como hipertensión o diabetes tuvieron poca influencia en la afectación de la función sexual. El asma inducido por la práctica sexual no se ha constatado en este estudio, ya que ninguno de los pacientes había sido diagnosticado de asma de esfuerzo previamente.

El asma condiciona una peor calidad de vida sexual en las personas afectadas. Las mujeres asmáticas presentan una mayor limitación sexual respecto a las sanas y los hombres asmáticos tienen una significativa mayor disfunción eréctil frente a los varones sanos, según un estudio publicado en Archivos de Bronconeumología, la revista científica de SEPAR que concluye que la cuarta parte de los pacientes atribuyen sus problemas sexuales al hecho de tener asma.

Fuente: En Genérico

Posted: 30 Apr 2018 01:36 AM PDT

Google, 1600 Amphitheatre Parkway, Mountain View, CA 94043, United States