



► El asma no solo afecta a niños y niñas, sino que también tiene un impacto significativo en la vida de jóvenes y adultos en Chile.

Tos, obstrucción y dificultad para respirar: ¿Puede el frío extremo ocasionar asma?

En días de bajas temperaturas, las vías respiratorias pueden verse particularmente afectadas. ¿Cómo es posible evitar esta enfermedad, que en casos más graves puede incluso provocar la muerte?

Francisco Corvalán

Inhalar, exhalar. Las bajas temperaturas de los últimos días en la zona central de Chile han sido, entre otras cosas, uno de los principales factores que desencadenan las crisis asmáticas entre las personas. Ese sentir que poco a poco entra menos aire a nuestros pulmones tiene una explicación y una particular forma de prevenir en estos días de frío.

¿Qué es particularmente el asma? El Dr. Pablo Brockmann, pediatra y especialista broncopulmonar de la clínica UC-Christus, explica que es una enfermedad crónica que se caracteriza por episodios de espasmos en los bronquios de manera recurrente. Esto genera un "ruido" -que se llama sibilancia-, el cual evidencia una obstrucción en el canal respiratorio.

"El asma está gatillada muchas veces por virus, por pólenes, por alérgenos, y por muchos factores ambientales dentro de los

cuales también destaca el frío", agrega. Y esta enfermedad inflamatoria se da tanto en niños como en adultos. Y hay varios tipos de asma: los hay leves, que la gran mayoría en Chile tiene, pero hay un pequeño porcentaje también de pacientes que tienen asma severa, y esos son los pacientes que ya requieren mucho más tratamiento", complementa Brockmann.

No solo afecta a niños y niñas, sino que también tiene un impacto significativo en la vida de jóvenes y adultos en Chile. Según reportes del Ministerio de Salud, cada año mueren más de 200 personas por esta enfermedad. Puede presentarse de manera muy agresiva, que permanece sin control a pesar de estar en tratamiento inhalatorio con dosis máximas, e incluso recibir corticoides orales para lograr el control. Esto último con serias consecuencias para los pacientes.

Las bajas temperaturas pueden desencadenar síntomas de asma. De hecho, alrede-

dor del 75% de las personas con asma dicen que el aire frío puede provocarles un ataque, mientras que el 90% cree que los virus del resfriado o la gripe también empeoran los síntomas del asma.

Esta enfermedad crónica afecta las vías respiratorias hacia los pulmones, y estos síntomas muchas veces son acrecentados debido a las bajas temperaturas, la presencia de virus y de polución suspendida en el aire. Aparece la tos, la irritación e inflamación de las vías respiratorias.

Así lo explica la Dra. María Teresa Parada, broncopulmonar y jefa del Centro de Enfermedades Respiratorias y Alergias de Clínica Universidad de los Andes. La especialista aclara que son los virus de invierno, acompañado de frío y de contaminación, que fomentan las crisis de asma. "Puede estar dormida y ahí aparece", sentencia.

Puede aparecer una crisis obstructiva asociada a un virus, como por ejemplo el sincicial, el rinovirus y el metaneumovirus,

que son muy obstructivos. "Entonces cuando se presentan, contagian y dan crisis obstructivas. Pero una vez superada la inflamación del virus, el paciente no debiera quedar asmático.

En ciudades como Santiago existen niveles de contaminación ambiental que fomentan la aparición de estas obstrucciones respiratorias. Si tenemos mucho frío, se permite la entrada de los virus. Por eso que es tan importante abrigarse y, sobre todo, cubrir bien boca y nariz ante las bajas temperaturas. "Proteger la vía aérea es súper importante para no enfriarla", manifiesta la especialista.

Por otro lado, Brockmann detalla que estos síntomas pueden aparecer efectivamente por el frío. Suele confundirse con asma, aunque no lo es en estricto rigor. "Se le llama "bronco espasmo no asmático", y es cuando a los pacientes se les aprieta la vía

aérea, se aprietan los bronquios por distintos estímulos -uno de ellos es clásicamente el frío-, y reaccionan como si tuvieran una crisis asmática. Esto es muy frecuente en persona que, por ejemplo, realizan deportes de invierno en la nieve". Según aclara, ocurre por la combinación de aire frío y seco, y muchas veces esos pacientes deben ser tratados como si fueran asmáticos.

¿Y cómo es posible tratar este tipo de espasmos bronquiales, si es que aparecen? Según comenta el médico de UC-Christus, lo más común ante esto es la utilización de medicamentos antiinflamatorios. "Muchos pacientes con asma leve basta con el salbutamol, que es el típico puff que te abre los bronquios y que permite respirar bien en caso de una crisis. Los asmáticos ya más moderados requieren lo que se llaman los corticoides inhalatorios, que se ocupa todos los días y que es un tratamiento más permanente", detalla.

En cambio, en el caso de los asmáticos graves ya requieren más que eso, como inhaladores especiales, algunas veces antibióticos, y algunas veces corticoides de periodo más prolongado. El problema con eso recae en las indeseables consecuencias asociadas al uso de medicamentos agresivos.

La Dra. Patricia Fernández, especialista broncopulmonar de la Sociedad Chilena de Enfermedades Respiratorias, pone especial énfasis en el tratamiento destinado a pacientes con asma grave. Muchas veces, las consecuencias de los tratamientos disponibles para ellos suelen tener graves efectos colaterales para quienes padecen esta enfermedad.

Los corticoides orales son relativamente baratos, comenta la doctora, y mayoritariamente se usan para el tratamiento de asma grave y para las exacerbaciones que no responden a tratamientos habituales. "Es muy bueno como medicamento para las crisis de asma y para el asma, pero tiene muchos efectos adversos", advierte.

"El costo es muy caro en vida, dígame. Los corticoides orales producen osteoporosis, y esto es más evidente en las mujeres", evidencia. Otro factor importante que producen este tipo de medicamentos son las sobreinfecciones debido a una baja en la inmunidad de las personas.

¿Cuándo se puede considerar que el uso de estos corticoides comienza a ser problemático? Fernández manifiesta que incluso dos ciclos al año de prednisona, de 5 a 7 días cada uno, ya podría ocasionar daño. Otro problema muy importante que generan estos fármacos es el glaucoma, advierte la doctora. "Se produce un aumento de la presión intraocular que incluso puede provocar ceguera en algunos casos". Según manifiesta, esta situación podría ser prevenible si existieran otras medicaciones que pudieran suplir al corticoide.

Y las hay, pero no al alcance de muchos. Desde hace algunos años han salido al mercado medicamentos biológicos que po-



drían mejorar las condiciones del tratamiento del asma grave. Pero, estos tratamientos superan el millón de pesos al mes. "Son medicamentos de alto costo, pero los resultados son espectaculares, y por eso es que se busca que estén disponibles para la población en general, que sean incorporados a la canasta de las Garantías Explícitas en Salud (GES)", agrega Fernández.

¿Cómo actúan estos medicamentos nuevos? La Dra. Parada -que se dedica a tratar el asma grave- detalla que este tipo de enfermedad antes que todo tiene que ser diagnosticada y trabajada por grupos de especialistas multidisciplinarios. El medicamento en cuestión, que no es un corticoide, opera de manera focalizada para atacar el tipo de célula específica que se inflama y provoca esta enfermedad.

Si se usa corticoides en asma grave se desinflan todas las células. "Es como un elefante en la cristalería, mata todo", ejemplifica la broncopulmonar. La especialista de

Clínica U. Andes explica que estos nuevos medicamentos, en cambio, atacan específicamente la célula causante de la inflamación. "Son específicos y esa es la gracia que tienen. Son caros, pero si son bien usados los pacientes no se hospitalizan, vuelven a la vida normal e incluso pueden hacer deporte", manifiesta.

Las asmas, tanto leves, moderadas y graves, suelen tener más presencia durante los fríos días de invierno. "Hay un periodo que la mezcla de frío, contaminación, carga viral, hacinamiento, afectan la aparición de estos síntomas que deben ser tratados por un especialista. "Una de las cosas que uno puede hacer para prevenir durante estos días es evitar aglomeraciones, evitar hacer deporte a la hora de hacer frío", concluye la Dra. Parada. La posibilidad de poder inflamar la vía aérea y crear una serie de complicaciones relacionado a esto aumenta con la actividad a temperaturas bajas. ●

► En ciudades como Santiago existen niveles de contaminación que fomentan la obstrucción respiratoria.