

# Información sobre los esteroides inhalados



*“Los esteroides inhalados tienen pocos efectos secundarios. Generalmente son seguros cuando se usan siguiendo la dosis recomendada”.*



El asma es una enfermedad en la cual las vías respiratorias se inflaman (se hinchan). Los esteroides inhalados reducen la hinchazón de las vías respiratorias en los pulmones, lo cual ayuda a prevenir los ataques de asma. Los esteroides inhalados no son de acción inmediata, por lo tanto usted necesita usarlos con regularidad o según lo recomiende su profesional médico. Los esteroides inhalados (tales como el QVAR, Flovent o Pulmicort), son medicamentos que se aspiran para que lleguen a los pulmones. Estos medicamentos son los más eficaces para cualquier persona que tenga síntomas de asma más de dos veces a la semana. Contienen esteroides similares a una hormona llamada “cortisona”, la cual es producida naturalmente por el cuerpo. Cuando usted usa esteroides inhalados, sus vías respiratorias se vuelven menos sensibles a las cosas que le causan ataques de asma y usted respira mejor. Esto significa que usted tendrá menos ataques y síntomas de asma.

## Información sobre los efectos secundarios

Los esteroides inhalados tienen pocos efectos secundarios. Generalmente son seguros cuando se usan siguiendo la dosis recomendada. Puede haber un riesgo más alto de efectos secundarios si usa dosis más altas de esteroides inhalados.

## El usar esteroides inhalados tiene menos riesgos que no controlar el asma

Puede que tenga que usar menos medicamentos si controla y evita las cosas que le causan los ataques de asma (tales como las mascotas que tenga dentro de la casa, los ácaros del polvo, las cucarachas, el polen, el humo de los cigarrillos y de las chimeneas o los olores fuertes).

El manejar el asma con la menor cantidad posible de medicamentos que se necesite puede ayudar a reducir cualquier efecto secundario que usted pueda tener. Un posible efecto secundario es el algodoncillo (infección de hongos) en la boca. Para reducir la posibilidad de que llegar a tener una infección de hongos en la boca:

- Use su inhalador con un espaciador. Consulte con su profesional médico acerca de cuál es el espaciador indicado para usted.
- Enjuáguese siempre la boca (enjuague y escupa) después de tomar el medicamento.

Puede que le resulte más fácil usar su inhalador antes de cepillarse los dientes.



## Preguntas frecuentes sobre los esteroides inhalados

**¿Son éstos los mismos esteroides que utilizan los levantadores de pesas?**

No. Puede que algunos levantadores de pesas usen testosterona para aumentar su volumen corporal. La testosterona es diferente del esteroide inhalado que usted usa para controlar el asma. De hecho, el usar esteroides inhalados les permite a los atletas con asma respirar más fácilmente y participar con todo su potencial deportivo.

**¿Hay un mayor riesgo de cataratas y de glaucoma con los esteroides inhalados?**

Algunos artículos recientes han sugerido que los pacientes mayores de 65 años de edad que estén usando dosis altas de esteroides inhalados pueden correr un mayor riesgo de llegar a tener cataratas y glaucoma. Los pacientes que usan dosis más bajas de esteroides inhalados no parecen estar a mayor riesgo de llegar a tener glaucoma. Si usted está usando dosis altas de esteroides inhalados, consulte con su profesional médico, especialmente si tiene glaucoma o alguno de los siguientes factores de riesgo para el glaucoma:

- diabetes mellitus (alto nivel de azúcar en la sangre)
- miopía extrema
- un pariente consanguíneo que tenga glaucoma

Puede que su profesional médico le mande a tener un examen de los ojos practicado por un especialista de la vista.

**¿Hay un mayor riesgo de osteoporosis (desgaste de los huesos) con los esteroides inhalados?**

Esto todavía está siendo estudiado y todavía no tenemos todas las respuestas. Algunos estudios sugieren que el tomar esteroides inhalados puede aumentar el riesgo de llegar a tener osteoporosis. Cualquier persona puede disminuir su riesgo de llegar a tener osteoporosis (así esté tomando o no esteroides inhalados) haciendo actividad física con regularidad. El tomar un suplemento de calcio (de 1000 a 1500 mg diarios) y vitamina D (400 unidades diarias, la dosis contenida en la mayoría de las multivitaminas) puede ayudar a prevenir el desgaste óseo. Si tiene preguntas acerca de cualquiera de estas medidas preventivas, consulte con su profesional médico.

**¿Afectarán los esteroides inhalados el crecimiento de mi niño?**

Durante el primer año de uso de esteroides inhalados, el crecimiento de un niño se puede ver levemente afectado. En promedio, los estudios demuestran que pueden retardar el crecimiento por media pulgada. Después del primer año de tratamiento, el crecimiento del niño "se pone al día" y regresa a lo normal. Cuando se usan con regularidad, los esteroides inhalados son los mejores medicamentos para controlar el asma. El asma que no se controla también causa un crecimiento más lento. Asegúrese de trabajar en conjunto con el doctor de su niño para hallar la dosis más baja de esteroides inhalados para mantener el asma bajo control.

**¿Es posible volverse adicto a los esteroides inhalados?**

No. Los esteroides inhalados no causan adicción. Sin embargo, hay que usarlos con regularidad para beneficiarse plenamente de los mismos.

**¿Son los esteroides inhalados seguros de usar durante el embarazo?**

En general, los esteroides inhalados se pueden usar sin peligro durante el embarazo en las dosis que se recomiendan comúnmente. Si está embarazada, asegúrese de dejárselo saber de inmediato a su profesional médico. Es posible que su profesional médico cambie su esteroide inhalado por otra marca.

### Otros recursos

- Consulte su copia de *La salud en casa: Guía práctica de Healthwise y Kaiser Permanente*.
- Escuche el Teléfono de la salud de Kaiser Permanente llamando al 1-800-332-7563.
- Visite nuestro sitio Web en [members.kp.org](http://members.kp.org)
- Contacte el Departamento de Educación para la Salud de su centro para obtener libros, videos, averiguar de clases y de recursos adicionales.

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 médico. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor.