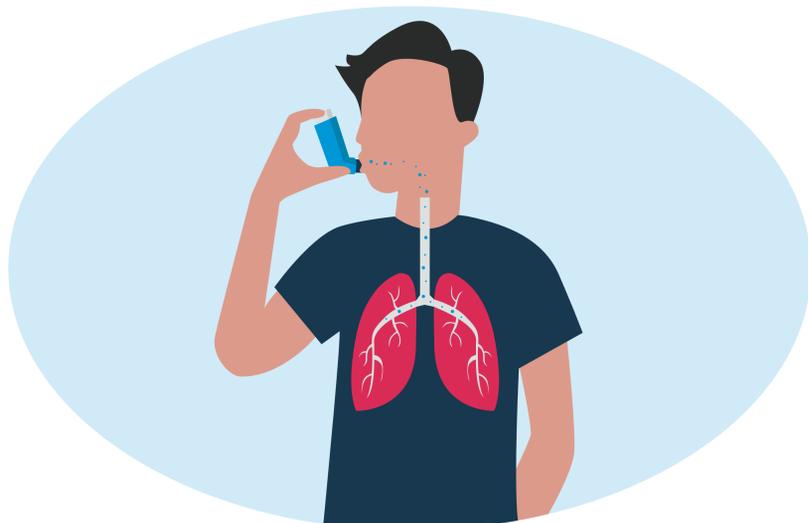


¿Qué debemos saber sobre los inhaladores?

Los fármacos inhalados son muy útiles en enfermedades respiratorias, porque son la forma más efectiva de administrar un medicamento directamente en la vía respiratoria y que genere menos efectos secundarios. Los inhaladores son los dispositivos que permiten la administración del fármaco, compuesto por partículas pequeñas y ligeras, que facilitan su llegada al pulmón y que actúe con rapidez^{1,2}.

Inhaladores: ¿cuándo y cómo utilizarlos?



¿Qué tipo de enfermedades se pueden tratar con inhaladores?

Las enfermedades respiratorias en las que es habitual el uso de medicamentos en aerosol incluyen:

- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica o EPOC.
- Asma bronquial.
- Fibrosis pulmonar o quística.
- Infecciones de vías respiratorias altas e infecciones pulmonares.
- Enfermedades oncológicas.

¿Qué tipo de medicamentos se administran a través de los inhaladores?

- Broncodilatadores**, que dilatan las vías aéreas estrechadas facilitando el paso del aire. Se utilizan básicamente en la EPOC.
- Corticoides**, que reducen la inflamación de las vías aéreas. Se utilizan principalmente para tratar el asma.

Tipos de inhaladores^{1,3}

Hay dos grandes grupos, los inhaladores de cartucho presurizado y los de polvo seco.



Cómo utilizar un inhalador^{2,6,8}

Antes de utilizar un inhalador es necesario:

- Revisarlo y asegurarse de que nada obture la boquilla.
- Agitarlo 10-15 veces antes de cada uso.
- Exhalar suavemente y por completo el aire de los pulmones.

Inhalación:

- Sujetar el inhalador en posición vertical, con la boquilla en la parte inferior, formando una "L".
- Colocar la boquilla entre los labios y los dientes, sellándola con los labios y evitando que la lengua obstruya la salida del aerosol.
- Inhalar lenta y profundamente por la boca mientras presiona el inhalador para liberar la dosis.
- Seguir inhalando hasta llenar por completo los pulmones.

Después de la inhalación:

- Sacar el inhalador de la boca.
- Aguantar la respiración unos 10 segundos.
- Exhalar lentamente.
- Enjuagarse la boca.

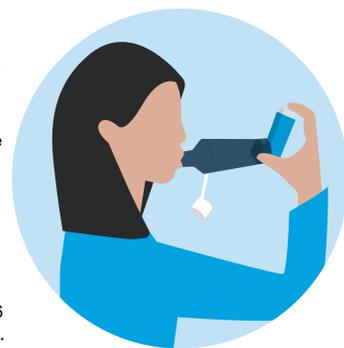
Es importante mantener el inhalador limpio, para lo cual:

- Debemos separar el cartucho del dispositivo.
- Después quitar la tapa de la boquilla.
- Enjuagar únicamente la boquilla con agua tibia.
- Dejar secar al aire durante la noche.
- Una vez seco, acoplar de nuevo el cartucho y tapar la boquilla.

Qué es una cámara espaciadora y cómo utilizar un inhalador con cámara espaciadora^{2,5,7,8}

En algunos casos, como en los niños o las personas mayores, el uso de una cámara espaciadora puede ayudar a realizar una inhalación completa. La función de la cámara es mantener el medicamento en un tubo antes de liberarlo en las vías respiratorias, lo que permite inhalarlo sin necesidad de coordinar la pulsación con la inhalación. En este caso:

- El inhalador**, en posición vertical, debe acoplarse a la cámara espaciadora antes de colocarlo en la boca.
- La boquilla** de la cámara se coloca entre los labios y los dientes.
- Se presiona el inhalador** para liberar la dosis en la cámara.
- Se inspira lentamente** hasta llenar por completo los pulmones o se respira 5 o 6 veces a través de la cámara espaciadora.



Es importante lavar la cámara con agua y jabón cada semana.

Errores más frecuentes en el uso de inhaladores³

Los errores más comunes cuando se utilizan inhaladores son:

- No vaciar bien los pulmones** antes de aplicar la dosis.
- No retener la respiración** después de la dosis para que el fármaco pueda depositarse en las vías aéreas.

Adeslas

Salud y Bienestar

Además, si eres asegurado de Adeslas, cuentas con el **Plan de Salud Respiratoria**, donde puedes encontrar más información sobre los tipos de inhaladores y la correcta técnica de administración de cada uno de ellos.

¹Aerosolterapia. Clínica Universidad de Navarra. Consultado en noviembre, 2022. <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/tratamientos/aerosolterapia>

²Cómo utilizar un inhalador tipo aerosol o spray. SEMFYC. Consultado en noviembre, 2022. <https://www.semfyc.es/wp-content/uploads/2021/12/6.pdf>

³Inhaladores. SEMG. Consultado en noviembre, 2022. <https://www.semg.es/index.php/component/k2/item/526-inhaladores>

⁴¿En qué se diferencian un nebulizador y un inhalador? KidsHealth. Junio, 2017. <https://kidshealth.org/es/kids/nebulizer-inhaler.html>

⁵Inhaladores para el asma: ¿cuál es el adecuado para ti? Mayo Clinic. Marzo, 2022.

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/asthma/in-depth/asthma-inhalers/art-20046382?text=Los%20inhaladores%20para%20el%20asma,los%20s%C3%ADntomas%20de%20esta%20afecci%C3%B3n>

⁶Cómo usar un inhalador - sin espaciador. Medline Plus. Agosto, 2022. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/00041.htm#:~:text=Inhale%20lentamente&text=Sostenga%20el%20inhalador%20con%20la,lo%20m%C3%A1s%20profundo%20que%20pueda>

⁷Cómo usar un inhalador con espaciador. Medline Plus. Agosto, 2022. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/00042.htm>

⁸Guía "GEMA inhaladores. Terapia inhalada: fundamentos, dispositivos y aplicaciones prácticas". Consultado en noviembre, 2022. <https://drive.google.com/file/d/1Y1bk5X5z2rxDoH6xEsU19EnLbTuACEf/view>