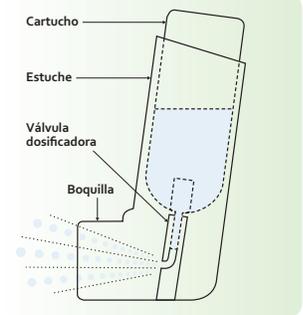


SERIE DE INFORMACIÓN AL PACIENTE

Cómo usar un inhalador de dosis medida¹

Un inhalador de dosis medida (MDI, por sus siglas en inglés) es un dispositivo pequeño que administra una cantidad medida de medicamento a los pulmones. Usted recibe este medicamento cada vez que activa el aerosol (descarga). Los MDI usan un propulsor químico para producir el aerosol (la descarga), que lleva la cantidad medida (dosis) de medicamento a los pulmones. El aerosol que sale del MDI contiene tanto el propulsor como el medicamento. Los inhaladores que usan polvo se llaman inhaladores de polvo seco (DPI) y no usan propulsores.



Esta hoja informativa le explicará cómo usar un MDI correctamente y cómo cuidar tanto el dispositivo como el espaciador que puede usar con el MDI.

Puede ser difícil usar el MDI correctamente. Incluso si usa la mejor técnica, puede que solo reciba en sus pulmones el 25 % de lo que salga del MDI, aunque esta cantidad es suficiente para tratar su afección pulmonar. Sin embargo, la mayoría de las personas tienen tantas dificultades al usar un MDI que reciben menos del 15 % de cada descarga. El error más grave que cometen al usar el MDI es no poder inhalar al mismo tiempo que rocían el medicamento. En consecuencia, el profesional de la salud a menudo sugiere que use un espaciador (también denominado cámara de retención o cámara de retención con válvula).

¿Qué es un espaciador/una cámara?

Un espaciador o cámara retiene la descarga del MDI en un tubo o "cámara" durante unos segundos, de modo que no tenga que inhalar y rociar el MDI al mismo tiempo. Esto ayuda a que sus pulmones reciban más medicamento y reduce el riesgo de efectos secundarios (como ronquera o muguet cuando inhala corticosteroides).

Los espaciadores difieren en diseño y no todos sirven para los distintos tipos de MDI. Algunos espaciadores tienen una válvula (llamada cámara de retención con válvula), que es importante porque evita que el medicamento escape de la cámara de retención. Si se usa el espaciador correctamente, la cantidad de medicamento que sus pulmones reciben puede ser de hasta el 25 %. Los espaciadores o cámaras solo se usan con los MDI. No se usan con los inhaladores de polvo seco. Asegúrese de leer la hoja de información que viene con el dispositivo para saber cómo limpiar su espaciador. Esto es importante porque algunos espaciadores desarrollan una carga eléctrica estática si no se limpian y almacenan de forma apropiada. Algunos espaciadores, pero no todos, se pueden lavar colocándolos en el estante superior del lavavajillas (lea la hoja de información que viene con su dispositivo). Reemplace su espaciador cuando la válvula de goma se endurezca o se vuelva quebradiza.

Algunos espaciadores tienen un silbato incorporado que le informa cuando está inhalando muy rápido o muy fuerte. El objetivo es respirar lo suficientemente lento como para que el espaciador no silbe cuando inhala.

1. También conocido como inhalador dosificador presurizado

Cómo dejar listo su inhalador de dosis medida (MDI): PREPARACIÓN

Es necesario preparar el MDI para asegurarse de que la cámara de dosificación se llene con la cantidad correcta de medicamento cuando esté listo para usar el inhalador. Deberá preparar el MDI la primera vez que use uno nuevo y si no usa su inhalador durante varios días o semanas. Para preparar su MDI, realice lo siguiente:

- Quite la tapa del MDI.
- Agite el inhalador.
- Rocíelo en el aire lejos de usted.

La cantidad necesaria de aerosol para preparar su MDI dependerá del tipo de medicamento. Las instrucciones que vienen con su inhalador le indican cuándo y cuántas veces debe preparar el MDI. Lea las instrucciones de cada inhalador detenidamente porque cada uno puede tener distintas indicaciones de preparación.

Cómo saber cuando su inhalador de dosis medida (MDI) se está quedando sin medicamento

Muchos MDI tienen un contador de dosis que le informan cuántas dosis (descargas) de medicamento le quedan. Saber cuántas descargas quedan es muy importante. Asegúrese de leer el prospecto si tiene preguntas acerca de cómo leer el contador de dosis. En el caso de los MDI sin contador de dosis, deberá contar cuántas descargas usa cada día. Después fíjese en la etiqueta de su MDI cuántas dosis (descargas) tiene el cartucho y divida la cantidad de descargas que usa en un día entre la cantidad de descargas del cartucho. Por ejemplo, si usa 8 descargas por día (2 descargas 4 veces por día) y el inhalador tiene 200 descargas, entonces le durará 25 días. Si toma un total de 4 descargas por día, su inhalador durará 50 días. Si no usa su inhalador con regularidad (por ejemplo, si es un inhalador de rescate), deberá mantener un registro de la cantidad de descargas que ha usado. Hacer flotar el cartucho de metal en agua o escuchar mientras lo agita NO son maneras apropiadas de averiguar cuánto medicamento queda en su MDI. Incluso si ve salir aerosol, esto no significa que quede medicamento en el MDI, ya que dicho aerosol puede ser el propulsor restante.

Cómo cuidar y limpiar su inhalador de dosis medida (MDI) y el espaciador/cámara

En el prospecto de su MDI y espaciador se describe cómo y cuándo

limpiar el MDI. Esto es importante porque el aerosol puede taponar la cámara de dosificación. Además, verifique la fecha de vencimiento de su MDI que se encuentra en la etiqueta del cartucho de metal o en la caja en la que vino.

Cómo usar su MDI con y sin un espaciador/cámara

	Cómo usar su Inhalador de dosis medida CON espaciador
1.	Asegúrese de que el cartucho de metal de su MDI está insertado correctamente en el "estuche" o recipiente de plástico (consulte el dibujo).
2.	Quite la tapa de la boquilla tanto del MDI como del espaciador.
3.	Inserte la boquilla del MDI en la abertura suave del espaciador. El cartucho del MDI debe estar en posición vertical.
4.	Agite varias veces el MDI con el espaciador adherido.
5.	Exhale, lejos del espaciador, hasta el fin de su respiración normal.
6.	Colóquese la boquilla del espaciador en la boca, detrás de los dientes y sobre la lengua. Cierre los labios alrededor de la boquilla. Si usa un espaciador con máscara, colóquese la máscara sobre la nariz y boca. Asegúrese de que la máscara esté bien ajustada sobre las mejillas y el mentón. No debería quedar ningún espacio entre la máscara y la piel.
7.	Presione la parte superior del cartucho de metal una vez para liberar el medicamento en el espaciador.
8.	Inhale profunda y lentamente por la boca. Si el espaciador hace un ruido "como un silbido", está respirando muy rápido. NO debería escuchar un silbato.
9.	Aguante la respiración entre 5 y 10 segundos.
10.	Exhale lentamente.
11.	Si le indicaron que use más de una descarga, espere entre 15 y 30 segundos (o según lo indicado en el prospecto) antes de usar la descarga siguiente. Luego repita los pasos 4 a 10.
12.	Cuando haya terminado, vuelva a colocar la tapa en la boquilla del inhalador y espaciador.
13.	Si está inhalando un esteroide, enjuáguese la boca con agua, haga unas gárgaras y escúpala.

	Cómo usar su Inhalador de dosis medida SIN espaciador/cámara
1.	Coloque el cartucho de metal en el "estuche" y asegúrese de que está fijado correctamente.
2.	Agite el inhalador varias veces. Esto mezcla el propulsor con el medicamento.
3.	Quite la tapa de la boquilla.
4.	Exhale hasta el fin de su respiración normal.
5.	Sostenga el inhalador en posición vertical (con la boquilla en la parte inferior).
6.	Colóquese la boquilla en la boca, detrás de los dientes y sobre la lengua. Cierre los labios alrededor de la boquilla para que el medicamento no le entre en los ojos (consulte la segunda figura).
7.	Mientras inhala profunda y lentamente por la boca, presione una vez y hasta el fondo la parte superior del cartucho de metal de su inhalador.
8.	Aguante la respiración entre 5 y 10 segundos.
9.	Exhale lentamente.

10.	Si usa más de una descarga, espere entre 15 y 30 segundos (o según lo indicado en el prospecto) antes de usar la descarga siguiente. Luego repita los pasos 3 a 9.
11.	Cuando haya terminado, vuelva a colocar la tapa en la boquilla.
12.	Si está inhalando un esteroide, enjuáguese la boca con agua, haga unas gárgaras y escúpala.

Colabore con sus profesionales de la salud

Es importante que sepa si está usando sus medicamentos de forma correcta o no. Lleve su MDI y espaciador con usted cada vez que visite a su profesional de la salud, muéstrele cómo lo usa y pídae su opinión. Si tiene problemas para usar el MDI correctamente sin un espaciador, debería usar uno para que le sea más fácil y luego úselo cada vez que use su MDI.

Autores: Chris Garvey, FNP, MSN, MPA, Bonnie Fahy RN MN, Suzanne Lareau RN MS, Sidney Braman MD, Beth Laube PhD
Actualizado: Maureen George RN, PhD, Marianna Sockrider MD, DrPH, Lisa Cicutto RN, PhD, Suzanne Lareau RN, MS

Para obtener más información, comuníquese con los sitios web siguientes:

Not One More Life.org - How to Use Inhalers (en varios idiomas)
<http://www.notonemorelife.org/noml/asthmatraining.aspx>

American Thoracic Society:
<http://www.thoracic.org/patients>

UptoDate Inc.:
http://www.uptodate.com/contents/inhalers-the-basics?detectedLanguage=en&source=search_result&search=inhalers&selectedTitle=1%7E93&provider=noProvider

Rx Pasos a seguir

- ✓ Si puede, use un espaciador/cámara cada vez que use su MDI.
- ✓ A algunas personas les ayuda usar un espaciador cuando usan su MDI.
- ✓ Inhale por la boca (no por la nariz) cuando use su MDI.
- ✓ Prepare su MDI cuando sea nuevo y según las instrucciones del prospecto.
- ✓ Mantenga el estuche y espaciador de su MDI limpios y secos.
- ✓ Compre un nuevo espaciador o cámara cuando la válvula se endurezca o se vuelva quebradiza.

Teléfono del consultorio médico:

La Serie de información al paciente de la ATS es un servicio público de la sociedad científica *American Thoracic Society* y su publicación, la AJRCCM (Revista norteamericana de medicina respiratoria y cuidados intensivos). La información contenida en esta serie sirve únicamente propósitos educativos y no se debe utilizar como replazo del asesoramiento médico proporcionado por el profesional de salud que atiende a la persona. Si desea más información acerca de esta serie, comuníquese con J. Corn a través de jcorn@thoracic.org.