Hablemos
Acerca De…

Los corticosteroides inhalados (ICS)

Los corticosteroides inhalados (o ICS, por sus siglas en inglés) son medicamentos que se usan para controlar y evitar los síntomas del asma. Los ICS inhalados son diferentes de los esteroides "anabólicos" que usan los fisicoculturistas.

Las vías respiratorias son los conductos del cuerpo por donde pasa el aire cuando se inhala y exhala. Las vías respiratorias pueden inflamarse por dentro y dificultar el paso del aire. La hinchazón o inflamación de las vías respiratorias es una de las causas principales de los síntomas del asma. Los ICS pueden reducir la hinchazón, pero no alivian los ataques de asma. Los ICS pueden evitar los síntomas del asma si se usan según las indicaciones del médico; Es por esto que estos medicamentos se llaman "controladores" o "preventivos". Si su niño tiene un ataque de asma, debe usar un medicamento de acción rápida como el albuterol.

¿Por qué necesita mi niño corticosteroides inhalados?

Los ICS son los mejores medicamentos para los niños con asma moderada a grave. Además, algunos niños con asma leve pueden beneficiarse de los ICS.

Muchos estudios demuestran que los ICS son la forma más efectiva de controlar el asma crónico (permanente). Los ICS pueden evitar el daño pulmonar producido por el asma sin tratar. Los niños con asma que usan ICS tienen una mejor calidad de vida, menos síntomas, menos falta de asistencia a la escuela y menos necesidad de hospitalizaciones prolongadas. Además, también necesitan tomar menos corticosteroides por vía oral (como prednisona).

Los ICS comienzan a disminuir la hinchazón de las vías respiratorias 24 horas después de que se toman. Sin embargo, es posible que usted no note cambios en el asma de su niño por 1 o 2 semanas. Una vez que el asma de su niño esté controlado, debe seguir usando ICS todos los días, incluso si no hay síntomas de asma. Los ICS deben usarse a diario para que funcionen bien.

Es posible que a su niño se le entregue un tubo de plástico llamado espaciador para que lo use con el inhalador. Su niño debe tomar el número de descargas del esteroide inhalado que recetó el médico a través del espaciador. Algunos inhaladores de medicamento pulverizado no se deben usar con el espaciador. Hable con su médico si tiene preguntas de cómo usar el espaciador.

¿Cuáles son los efectos secundarios de los ICS?

Los ICS pueden hacer que la voz de su niño se vuelva más ronca, le duela la garganta o tenga tos. Los ICS también pueden producir una infección en la boca o garganta de su niño, que aparece como pequeñas manchas blancas que pueden causar dolor. Llame a su médico si nota esta infección. Usted puede ayudar a disminuir los efectos secundarios usando siempre el espaciador y haciendo que su niño se enjuague la boca con agua cada vez que termine de usar los ICS.

Las etiquetas de todos los ICS indican que estos medicamentos pueden retrasar el crecimiento. Sin embargo, esto no sucede en todos los pacientes y ocurre con muy poca frecuencia en niños que usan dosis bajas o medias. Los niños que usan ICS pueden desarrollarse de forma normal más tarde, aunque parezca que están creciendo más lento ahora. Su médico debe comparar la estatura de su niño con una tabla de crecimiento para asegurarse de que esté

Consumo dietético de referencia (DRI) de calcio y vitamina D				
Grupo de personas de cierta edad	**Calcio (mg/día)**		**Vitamina D (UI/día)**	
	adecuado	**nivel máximo**	**adecuado**	**nivel máximo**
de 1 a 3 años	**500**	**2,500**	**200**	**1,000**
de 4 a 8 años	**800**	**2,500**	**200**	**2,000**
de 9 a 13 años	**1,300**	**2,500**	**200**	**2,000**
de 14 a 18 años	**1,300**	**2,500**	**200**	**2,000**

Consejo de Nutrición y Alimentos del Instituto de Medicina. Consumo dietético de referencia de calcio, fósforo, magnesio, vitamina D y flúor, Washington DC: National Academy Press; 1997.

Los niños de 4 a 8 años deben consumir 2 tazas y media (20 onzas) de leche para cumplir con los niveles recomendados de calcio y vitamina D.

- **8 onzas de leche entera = 291 mg de calcio**
- **8 onzas de leche descremada al 2% = 297 mg de calcio**
- **8 onzas de jugo de naranja fortificado con calcio = 350 mg de calcio**

creciendo de forma normal. Pida ver la tabla si le preocupa la estatura de su niño. Asegúrese de que su niño consuma suficiente calcio y vitamina D todos los días. Consulte la tabla en la parte posterior de este folleto para ver la cantidad recomendada y nivel máximo de calcio y vitamina D.

Su médico está consciente de los posibles efectos secundarios de los ICS, pero el asma de su niño es una razón muy importante para usar estos medicamentos. El asma crónico sin tratar es peor que los efectos secundarios de este medicamento. El asma sin tratar puede retardar el crecimiento, dañar los pulmones y dificultar la vida diaria de su niño.

Una vez que se controle el asma de su niño, su médico se asegurará de que la dosis de ICS sea la más pequeña posible.

¿Mi niño deberá usar ICS siempre?

Aunque muchos niños con asma necesitan usar ICS de forma continua, no todos deben hacerlo. Es posible que el médico le recete un medicamento "controlador" que no sea un esteroide a su niño, sobre todo si el asma mejora con el tiempo. Algunos niños sólo necesitan usar ICS durante algunas estaciones (como en la temporada de resfriados y gripe del invierno o de polen de la primavera). Hable con su médico sobre estas opciones.

Intermountain
Primary Children's Hospital
The Child First and Always®

© 2013 Intermountain Healthcare, Primary Children's Medical Center. Toda la información contenida en la series ***Hablemos acerca de . . .*** tiene solamente un propósito educativo. Esta información educacional no sustituye el consejo de un médico ni el cuidado que un médico u otro proveedor de cuidados de la salud pueden brindar. Si usted tiene preguntas acerca de la salud de su niño, comuníquese con su proveedor de cuidados de la salud.

Pediatric Education Services, 801.662.3500 | Translation 11/13, LTA520408230 | Inhaled corticosteroids (11/12)