Intermountain® Healthcare

Asma y COPD:
Cómo utilizar un inhalador de dosis medida (MDI)

¿Qué es un MDI?

Un **inhalador de dosis medida,** (o **MDI** por sus siglas en inglés), es un dispositivo pequeño y portátil que ofrece inhalable medicina en cantidades fijas y medidos (dosis medidas). Un MDI tiene un cartucho presurizado que se ajusta dentro, y que libera el medicamento al presionarlo. MDIs a veces se llaman "puffers" en inglés porque hacen un sonido tranquilo cuando el medicamento sale del cartucho.

Un MDI se utiliza comúnmente para administrar medicamentos que trata el **asma** y la **enfermedad pulmonar obstructiva crónica** (COPD por sus siglas en inglés). Usted necesita usar su MDI correctamente para enviar el medicamento directamente a los pulmones donde se necesita.

Su médico podría recomendarle que emplee un **espaciador** para ayudarle a que más del medicamento llegue a la profundidad de sus pulmones. Un espaciador es un tubo especial que se adhiere al inhalador. El espaciador puede utilizarse con una **boquilla** (que es lo mejor para la mayoría de los pacientes) o con una **mascarilla** (para niños pequeños y otras personas a quienes se les dificulta el uso de la boquilla).

Limpieza del inhalador y el espaciador

Limpie su inhalador y su espaciador al menos una vez a la semana, para evitar que se acumule en ellos el medicamento.

Limpie el inhalador. Cada tipo de inhalador necesita limpiarse de diferente manera (siempre siga las instrucciones específicas que vienen con su inhalador). Los siguientes pasos se aplican a una variedad de inhaladores:

1. Quite el cartucho de metal y limpie el estuche de plástico y la tapa, lavándolos a fondo con agua tibia de la llave. No olvide limpiar el medicamento que se acumula en la boquilla del cartucho.
2. Seque completamente el estuche de plástico y la tapa.
3. Vuelva a colocar, con cuidado, el cartucho en el estuche, girándolo, y póngale de nuevo la tapa a la boquilla.

Limpie el espaciador antes del primer uso y periódicamente después. Todos los espaciadores se deben limpiar periódicamente. Revise la información incluida en el empaque del espaciador. Cada espaciador tiene instrucciones de limpieza ligeramente diferentes.

Un **inhalador de dosis medida** y un **espaciador**.

¿Está vacío su inhalador? Cómo saberlo

- Muchos MDIs tienen un contador. Cada vez que usted usa su inhalador, el contador muestra el número de dosis restantes de forma regresiva. Cuando llegue a 000, deje de usar el inhalador y comience a usar uno nuevo.
- Si no tiene un contador, tendrá que contar las dosis usted mismo. **No puede saberse sacudiendo el inhalador ni expulsando una dosis**. Un inhalador puede sentirse lleno o hacer una expulsión aun cuando ya no contenga medicamento. Tratar de hacer que el cartucho flote tampoco funcionará. La única manera de saber cuánto medicamento le queda es llevar un control de las dosis administradas. Use un marcador permanente para hacer una almohadilla para cada expulsión. Cuando sus marcas coinciden con el número de dosis que aparecen en el envase, es el momento de empezar a utilizar un nuevo inhalador.

Consejos para MDI

- Muchas personas (tal vez la mayoría) tienen problemas para coordinar la "prensa y respirar" acciones cuando se utiliza una técnica de boca abierta. Esto significa que el medicamento no puede penetrar profundamente en los pulmones. ¿La solución? Use un espaciador siempre que pueda.
- Si está usando un inhalador con esteroides, enjuáguese la boca con agua después de cada uso.

Cómo utilizar un inhalador de dosis medida (MDI)

1. Quite la tapa del inhalador, y del espaciador, si es necesario.
2. Si es necesario, prepare el inhalador disparando una dosis al aire. Consulte el folleto que se incluye en el empaque para ver instrucciones específicas. Algunos MDI no requieren preparación para su uso, y otros necesitan prepararse por medio de una, dos o más expulsiones al aire.
3. Si está usando un espaciador, inserte el inhalador en el lado de hule del espaciador.
4. Agite bien el inhalador inmediatamente antes de cada inhalación, para mezclar y calentar el contenido.
5. Exhale.

Si está usando un espaciador con boquilla

6. Coloque la boquilla completa en la boca, entre los dientes, manteniendo el inhalador en posición vertical, y cierre los labios alrededor de la boquilla.
7. Presione el cartucho hacia abajo para liberar una dosis del medicamento.
8. Respire de manera profunda y lenta (durante 3 a 5 segundos) a través de la boca.
9. Aguante la respiración durante 10 segundos.
10. Retire el espaciador de la boca y exhale lentamente.
11. Repita los pasos 4 a 10 para cada inhalación recetada por su médico.

Si está usando un espaciador con mascarilla

6. Coloque la mascarilla sobre la boca y la nariz del niño, con el inhalador en posición vertical. Mantenga la mascarilla bien pegada al rostro.
7. Presione el cartucho hacia abajo para liberar una dosis del medicamento.
8. Cuando sea posible, anime a su hijo a respirar de manera lenta y profunda (de 3 a 5 segundos).
9. Mantenga la mascarilla pegada al rostro durante cinco inhalaciones del niño (al menos 2 respiraciones) y luego retírela del rostro.
10. Repita los pasos 4 a 9 para cada inhalación recetada por el médico.

Si está empleando la técnica de boca abierta

6. Coloque la boquilla del cartucho entre 1.5 y 2 pulgadas (4 y 5 cm) frente a su boca ABIERTA. No coloque la boquilla en su boca con los labios cerrados alrededor de ella.
7. Empiece a inhalar por la boca de manera lenta y profunda (de 3 a 5 segundos) mientras presiona el cartucho hacia abajo para liberar una dosis del medicamento.
8. Aguante la respiración durante 10 segundos y luego saque el aire lentamente.
9. Repita los pasos 4 a 8 para cada inhalación recetada por su médico.

¿Los medicamentos correctos...de manera incorrecta?

Si sus síntomas no se atenúan con los medicamentos, puede ser que no esté utilizando el dispositivo correctamente.

Por ejemplo, si no está utilizando su inhalador correctamente, la mayor parte de los medicamentos se queda en la boca y en la garganta, en lugar de llegar a los pulmones, donde se necesita que actúen.

Para asegurarse de que está aprovechando al máximo su medicamento para el asma:

- Siempre siga las instrucciones de su marca específica de inhalador
- Pídale a su médico u orientador del asma que verifique si usted está utilizando el dispositivo correctamente.

© 2013 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en **intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications 801-442-2963 FS324S - 06/13** (Spanish translation 06/13 by Lingotek, Inc.)