

Problemas pulmonares en el atleta/Asma inducida por ejercicio

Condición: el asma inducida por el ejercicio (AIE) o la broncoconstricción inducida por el ejercicio (BIE) es una afección pulmonar. El estrechamiento de las vías respiratorias, o broncoconstricción, ocurre durante o después del ejercicio, lo que lleva a síntomas similares al asma, incluso si una persona no tiene asma. Específicamente, AIE se usa para referirse a personas con antecedentes de asma para quienes el ejercicio es un desencadenante de los síntomas del asma. De manera similar, BIE se refiere a personas sin antecedentes de asma que experimentan un estrechamiento de las vías respiratorias durante o después del ejercicio.

Antecedentes: los expertos creen que la AIE es causada por un estado de inflamación crónica de las vías respiratorias promovido por una gran cantidad de agentes inflamatorios como histaminas y leucotrienos que estrechan directamente las vías respiratorias durante o después del ejercicio. De manera similar, la BIE está relacionada con factores de riesgo ambientales e individuales (por ejemplo, antecedentes personales o familiares de rinitis alérgica) que provocan el estrechamiento de las vías respiratorias con el ejercicio. La tasa de AIE varía, dependiendo del deporte involucrado y la intensidad del esfuerzo.

Factores de riesgo: los factores de riesgo incluyen hacer ejercicio durante las estaciones más frías y en clima seco. Otros factores de riesgo incluyen la exposición a alérgenos, tener antecedentes personales o familiares de asma, fiebre del heno o inflamación nasal y vivir en un área urbana. Un número significativo de personas con asma [40-90%] experimentarán AIE. Las personas que se ejercitan cerca de sustancias químicas como el cloro de las piscinas o los insecticidas y fertilizantes que se utilizan para mantener los campos corren un mayor riesgo de sufrir AIE / BIE. La AIE y la BIE se pueden observar a cualquier edad y no parecen ser más comunes en ninguno de los dos sexos.

Historia y síntomas: Las personas que experimentan AIE / BIE informarán tos, sibilancias, dificultad para respirar, producción excesiva de moco y / o opresión en el pecho asociados con el ejercicio. Estos síntomas generalmente mejoran una vez que se detiene la actividad, sin embargo, se han informado síntomas que ocurren 4-8 horas después del ejercicio (respuesta tardía). Algunas personas también experimentan fatiga, dolor de cabeza, mareos o dolor abdominal.

Examen físico: el examen es completo y el médico generalmente revisa la cabeza, los ojos, los oídos, la nariz, la garganta, el pecho, el corazón, los pulmones, las extremidades y la piel del paciente.

Proceso de diagnóstico: aunque a menudo se trata en función de los síntomas y la respuesta a los medicamentos únicamente, un médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación, también conocido como Fisiatra, que se especializa en rehabilitación cardiopulmonar y / o medicina deportiva, está mejor capacitado para realizar evaluaciones funcionales precisas de un individuo en el momento del diagnóstico y para monitorear el progreso. El médico Fisiatra puede hacer arreglos para evaluar al paciente durante actividades deportivas específicas o puede hacer que la persona corra en una cinta de correr o use otro equipo de ejercicio para hacer que la frecuencia respiratoria de la persona aumente. Esto le permite al médico evaluar mejor la condición. Además, los atletas que participan en competiciones con políticas estrictas de sustancias se beneficiarían de la experiencia de un médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatra) capacitado en deportes que conozca las políticas de la WADA (Agencia Mundial Antidopaje) para las pruebas de AIE / BIE.

Manejo de rehabilitación: El AIE se maneja mejor como un plan de tratamiento más amplio para reducir la inflamación crónica en las vías respiratorias. La gestión del BEI puede centrarse en evitar o modificar los desencadenantes ambientales para prevenir futuros ataques. Cuando está indicado, algunas personas pueden tomar medicamentos antes de hacer ejercicio que ayuden a abrir las vías respiratorias para prevenir el estrechamiento de las vías respiratorias asociado con el ejercicio.

Otros recursos para pacientes y familias: Las personas con asma pueden obtener más información en la Asthma and Allergy Foundation of America.

Preguntas Frecuentes

¿Qué es la especialidad en Medicina Física y Rehabilitación?

La Medicina Física y Rehabilitación (MF&R), también conocida como Fisiatría, es una especialidad médica primaria que tiene como objetivo mejorar y restaurar la capacidad funcional, y mejorar la calidad de vida de las personas con lesiones, impedimentos físicos o discapacidades que afectan el cerebro, la médula espinal, los nervios, los huesos, articulaciones, ligamentos, músculos y tendones. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras), evalúan y tratan todo el cuerpo, maximizan la independencia de los pacientes en su vida diaria y son expertos en el diseño de planes de tratamiento integrales y centrados en el paciente para capacitar a los pacientes logren sus metas. Al tener en cuenta todo el cuerpo, pueden identificar con precisión los problemas, disminuir el dolor, ayudar en la recuperación de lesiones devastadoras y maximizar los resultados y el rendimiento generales con opciones no quirúrgicas y peri-quirúrgicas. Para obtener más información, visite www.aapmr.org/aboutpmr.

¿Que hace a los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras) únicos?

La formación de los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación se centra no solo en el tratamiento de afecciones médicas, sino también en mejorar el rendimiento y la calidad de vida del paciente en el contexto de esas afecciones médicas. Se enfocan no solo en una parte del cuerpo, sino en el desarrollo de un programa integral para volver a unir las piezas de la vida de una persona, médica, social, emocional y vocacionalmente, después de una lesión o enfermedad. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación realizan y tratan diagnósticos médicos, diseñan un plan de tratamiento y prescriben las terapias que realizan los fisioterapeutas u otros terapeutas aliados o que realizan los propios pacientes. Al proporcionar un plan de tratamiento adecuado, los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación ayudan a los pacientes a mantenerse lo más activos posible a cualquier edad. Su amplia experiencia médica les permite tratar afecciones incapacitantes a lo largo de la vida de una persona.

¿Como localizo un médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación cerca de mí?

Visite www.aapmr.org/findapmrphysician o comuníquese con su médico de cuidado primario para obtener una referido.