Medir nuestra respiración: tan importante como medir nuestra temperatura corporal

04/02/2020 Autor: Centro de Noticias MIR
Traducido por AB Medica Group s.a.

PRODUCTO RELACIONADO

SMART ONE

Espirometro personal basado en una aplicación (PEF,FEV1) ¡Personal e inteligente! Flujo máximo y FEV1 ahora disponibles en su SmartPhone y Tablet, a través de Bluetooth Smart 4.0

Originalmente -para el griego y el latín- las palabras Espíritu y Aliento significan exactamente lo mismo. La respiración es la clave de nuestra biología, así como de nuestra naturaleza espiritual. Todo el reino animal, y también el vegetal, debe respirar para poder vivir.

Medir nuestra respiración es tan importante como medir nuestra temperatura corporal.

Un simple parámetro, el FEV1, se considera la medida más indicativa de la función pulmonar. Con un espirómetro, el FEV1 mide la cantidad de aire que se puede expulsar en un segundo.

Pocas personas saben que incluso los sujetos sanos pueden sufrir una inflamación temporal de las vías respiratorias debido a infecciones como la gripe, la bronquitis aguda, la neumonía y otras infecciones virales respiratorias (incluidos los resfriados). Además, en más del 60% de los sujetos esto provoca una reducción drástica de la función pulmonar (1-2).

En la práctica, el valor del FEV1 puede reducirse hasta un 20% en comparación con los valores medidos en condiciones normales (1-2).

Lo más sorprendente es que la recuperación completa de la función pulmonar, y el retorno a los valores normales del FEV1, puede llevar mucho tiempo, generalmente desde un mínimo de 5 semanas hasta varios meses (1).

Además, en algunos casos especialmente agresivos de gripe, la recuperación completa de la función pulmonar puede tardar hasta un año (3).

Algunos sujetos, a pesar de no ser asmáticos, pueden sufrir una hiperreactividad bronquial con episodios de broncoespasmo totalmente similares a los que se producen con el asma (4).

Estudios recientes sugieren que los casos no tratados adecuadamente pueden evolucionar de una bronquitis aguda a una inflamación crónica típica del asma (1).

Las conclusiones lógicas que se extraen de lo anterior son las siguientes:

- Un espirómetro para medir el FEV1 es tan esencial como un termómetro para medir la fiebre

- Las mediciones del FEV 1 ayudan a mantener un mejor estado de salud

- Las mediciones del FEV 1 ayudan a garantizar la recuperación total de una infección respiratoria

- Las mediciones del FEV 1 ayudan a prevenir el asma

1 - Bronquitis aguda.Hueston WJ, Mainous AG. Am Fam Physician. 1998 15; 57(6): 1270-1276.

2 - Pruebas de función pulmonar en la bronquitis aguda: evidencia de obstrucción reversible de las vías respiratorias. Williamson HA. J Fam Pract. 1987; 24:35-8.

3 - Función pulmonar y manifestaciones clínicas de los pacientes infectados con el virus de la gripe A subtipo H1N1 leve: un seguimiento de un año. Liu W, Peng L, Hua S. PLoS ONE 10 (7): e0133698. Doi: 10. 1371/journal.pone.0133698

4 - Infecciones respiratorias y síndrome de dificultad respiratoria aguda. De Gibson GJ. 3ª edición. Londres: Hodder Arnold; 2009. Pruebas clínicas de la función respiratoria