

Boletín educativo para el paciente

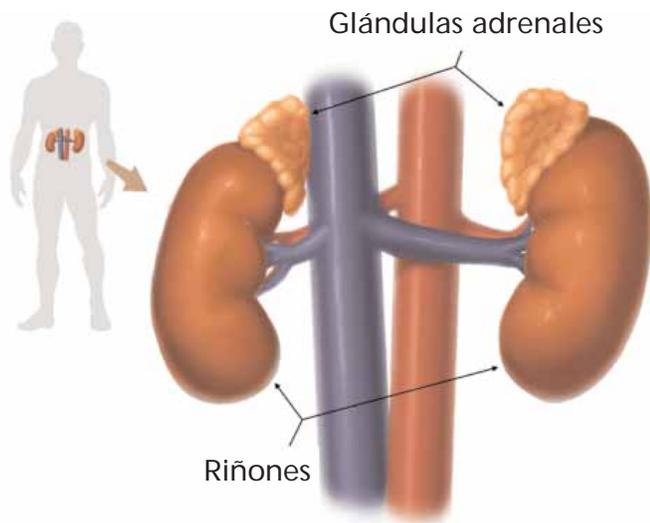
Cómo tratar la insuficiencia adrenal

La siguiente información fue elaborada por el personal de atención al paciente del Centro Clínico para ayudar a los pacientes con insuficiencia adrenal (AI, por sus siglas en inglés) a entender su enfermedad y cómo tratarla. A continuación, se explican las causas de esta insuficiencia y la manera de controlarla. De no ser tratada, la insuficiencia adrenal puede ocasionar graves trastornos e incluso la muerte. Pero junto con sus médicos y enfermeras, el paciente puede aprender a tratar esta afección.

¿QUÉ SON LAS GLÁNDULAS ADRENALES?

El cuerpo tiene dos glándulas adrenales localizadas cada una encima de los riñones. Estas glándulas secretan muchas hormonas que el cuerpo necesita para realizar sus funciones normales. Las personas con insuficiencia adrenal no producen las cantidades suficientes de las hormonas cortisol y aldosterona.

El cortisol ayuda al cuerpo a convertir en energía el azúcar y las proteínas, y permite al cuerpo recuperarse de las infecciones y de situaciones de estrés (por ejemplo, intervenciones quirúrgicas o enfermedades). La aldosterona mantiene niveles adecuados de sal, potasio y agua en el cuerpo.



¿QUÉ ES LA INSUFICIENCIA ADRENAL?

La insuficiencia adrenal es cuando las glándulas no producen suficientes hormonas adrenales. Si el cuerpo no tiene los niveles correctos de hormonas no puede mantener las funciones vitales esenciales.

La insuficiencia adrenal puede ser un trastorno permanente o temporal. Si es permanente, el paciente tendrá que tomar medicamentos a diario durante el resto de su vida.

Las siguientes son algunas de las causas de la insuficiencia adrenal permanente:

- Enfermedad de Addison
- Hiperplasia adrenal congénita (CAH, por sus siglas en inglés) que se descubre en la etapa de la infancia
- Extirpación total de la glándula pituitaria
- Extirpación de las glándulas adrenales

La insuficiencia adrenal temporal es consecuencia del estrés físico, infecciones, cirugías o cuando no se toma el medicamento adecuado. Entre las causas de la insuficiencia adrenal temporal figuran las siguientes:

- Cirugía transfenoidal o extirpación de un tumor de la glándula pituitaria para tratar la enfermedad de Cushing
- Extirpación de un tumor que ha estado estimulando la hiperproducción de cortisol en las glándulas adrenales
- Tratamiento médico del síndrome de Cushing por medio de medicamentos que reducen los niveles de cortisol
- Tratamiento médico con esteroides durante largos periodos de tiempo.

¿CUÁLES SON LAS SEÑALES Y LOS SÍNTOMAS DE LA INSUFICIENCIA ADRENAL?

Cuando sus funciones vitales no están siendo controladas debido a una falta de hormonas adrenales, usted notará que no se siente bien. Algunos de estos síntomas son:

- Debilidad y cansancio poco comunes
- Mareo al ponerse de pie
- Náuseas, vómito y diarrea
- Pérdida del apetito
- Dolor de estómago

Otros síntomas que puede experimentar con el transcurso del tiempo son:

- Pérdida de peso
- Oscurecimiento de la piel
- Ansias de consumir alimentos salados

Si experimenta alguno de estos síntomas y sabe que tiene riesgo de desarrollar insuficiencia adrenal, contacte a su médico inmediatamente.

¿QUÉ MEDICAMENTOS SE UTILIZAN PARA TRATAR LA INSUFICIENCIA ADRENAL?

Para controlar la insuficiencia adrenal, usted debe tomar un medicamento diario que reemplace las hormonas que le faltan. Este medicamento es un comprimido que debe tomarse en las cantidades y horarios indicados por su médico y el cual frecuentemente se denomina "dosis de reemplazo". Muchos medicamentos llamados glucocorticoides, pueden reemplazar la acción de la hormona cortisol. Los Institutos Nacionales de la Salud suelen recomendar hidrocortisona, dexametasona o prednisona.

Es posible que le prescriban tomar el medicamento entre una y tres veces al día. Siga las indicaciones para tomarlo.

Si su organismo es incapaz de mantener los niveles adecuados de sodio (sal) y líquidos, también se le recetará un medicamento llamado fludrocortisona (Florinef) que reemplaza otra hormona adrenal esencial llamada aldosterona. Los adultos usualmente toman Florinef en pastillas, pero los niños que presentan insuficiencia adrenal y que tienen dificultades para tragar comprimidos, pueden tomarlas disueltas en agua o molidas.

¿CUÁLES SON LOS EFECTOS SECUNDARIOS DE ESTOS MEDICAMENTOS?

Las dosis de reemplazo de hidrocortisona causan pocos efectos secundarios. Sin embargo, en algunas ocasiones se puede presentar malestar estomacal. Si esto ocurre, tome el medicamento con las comidas. Si nota algún otro síntoma fuera de lo normal, llame a su médico.

¿QUÉ DEBO HACER SI ME SIENTO MAL?

Habrán días en que no se sienta bien. Cuando esté enfermo asegúrese de tomar su medicamento en la cantidad y la hora correctas. Si el malestar continúa por más de tres días, contacte a su médico.

También en ocasiones, deberá tomar una dosis de reemplazo de hidrocortisona superior a la normal. Las glándulas adrenales que funcionan correctamente producen más hidrocortisona cuando el cuerpo está sometido al estrés físico por fiebre superior a 100 grados Fahrenheit, infecciones, intervenciones quirúrgicas, vómitos o diarrea. Cuando esté enfermo es importante beber muchos líquidos que contengan azúcar y sal para prevenir la deshidratación y la hipoglucemia o baja concentración de azúcar en la sangre.

Al padecer de insuficiencia adrenal su cuerpo no puede afrontar estas fuentes de estrés produciendo más hidrocortisona. Por lo tanto, al igual que tiene que reemplazar sus necesidades básicas de cortisol con la dosis de reemplazo, también tendrá que reemplazar sus necesidades elevadas con una dosis adicional de glucocorticoides por vía oral o inyectada. Si tiene fiebre superior a los 100 grados Fahrenheit, una infección, vómitos o diarrea, tal vez necesite tomar dosis adicionales de glucocorticoides por lo que

se aconseja contactar a su médico inmediatamente. Quizás su proveedor de salud le dé indicaciones por escrito sobre como proceder los "días que esté enfermo" ("reglas a seguir los días de enfermedad").

¿QUÉ PASA SI ESTOY TAN ENFERMO QUE NO PUEDO TOMAR EL MEDICAMENTO?

Si se siente muy mal y no puede tomar los comprimidos o estos no le sientan bien (por ejemplo los vomita), entonces debe recibir glucocorticoides por medio de inyecciones. Usted o alguien que viva con usted tendrá que aprender a administrarle esta inyección.

La inyección reemplazará tanto los comprimidos de hidrocortisona como el Florinef. Si considera que es necesario recibir un medicamento inyectado, llame inmediatamente a su médico o acuda a la sala de urgencias del hospital más cercano.

¿QUÉ CANTIDAD DE MEDICAMENTOS DEBO TOMAR UNA VEZ QUE ME SIENTA MEJOR?

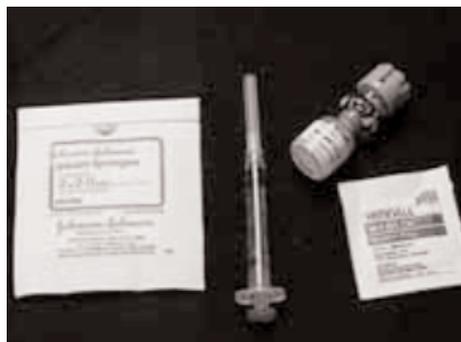
En cuanto pase la enfermedad y desaparezcan los síntomas (por ejemplo, fiebre, vómitos o diarrea) puede volver a tomar su dosis habitual del medicamento. Consúltelo con su médico.

¿CÓMO ME APLICO LA INYECCIÓN?

Los glucocorticoides inyectables son administrados por vía intramuscular, es decir, se inyectan en un músculo grande. El lugar más fácil para aplicarse usted mismo la inyección es el muslo, en el lado de su mano dominante (por ejemplo, el muslo derecho si es usted diestro). Las personas adultas deben siempre tener consigo medicamentos en forma inyectable. Si su hijo tiene insuficiencia adrenal, usted o su proveedor de cuidados deben siempre portar los medicamentos del niño. Si el niño está en la escuela, la enfermera de la escuela debe estar informada de la condición de su hijo y estar en capacidad de proporcionar cuidados de urgencia, como el aplicar una inyección de glucocorticoides.

Cómo aplicar una inyección de hidrocortisona:

1. Lávese las manos.
2. Prepare todo el material que va a necesitar.



3. Mezcle el medicamento presionando el tapón del frasco para desplazar el corcho.



4. Agite el frasco para mezclar bien la solución médica.
5. Limpie con alcohol el tapón de goma del frasco.



6. Remueva la tapa protectora de la aguja. Introduzca la aguja en el frasco.



7. Jale el émbolo hacia atrás para extraer el medicamento. Los adultos deben utilizar toda la solución contenida en el frasco. Para un niño, utilice la dosis indicada por el médico.

8. Vuelva a colocar la tapa encima de la aguja.



9. Seleccione el punto donde se va a colocar la inyección.

Familiarícese con su cuerpo para poder aplicarse la inyección de manera segura. Deje su muslo al descubierto y obsérvelo. A continuación, trace



una línea imaginaria que divida el muslo en dos mitades a lo largo. La mitad externa es donde se aplicará el medicamento. Luego divida esa mitad externa en tres partes del mismo tamaño, desde la rodilla hasta la cadera. El área externa de la parte del muslo más cercana a la cadera, será el punto donde se colocará la inyección.

10. Desinfecte con alcohol el punto en la piel donde se va a inyectar.



11. Retire la tapa protectora de la aguja. Sujete la jeringa como si fuera un dardo.



12. Estire la piel apretando suavemente hacia abajo con el dedo gordo y los dedos índice y medio.



13. Inserte la aguja en el punto de inyección del muslo en ángulo recto de 90 grados.



14. Sostenga bien la jeringa. Jale el émbolo hacia atrás y asegúrese de que no está inyectando en una vena grande. Si aparece sangre en la jeringa, sáquela y descártela junto con la dosis.

Si tiene otro frasco de medicamento, prepare otra jeringa e inserte en un punto distinto. **Sin embargo si ésta es la única dosis que tiene de medicamento, no la descarte y continúe con la aplicación en otro punto.**



15. Una vez inyecta el medicamento, coloque un pañuelo de papel (Kleenex) o una gasa cerca de la aguja y retírela rápidamente.

16. Frote suavemente el punto de inyección.

17. Antes de descartar la jeringa y la aguja, colóquelas en un recipiente irrompible, como por ejemplo una lata de café vacía con tapa.

18. Llame a su médico.



¿QUÉ MÁS NECESITO SABER SOBRE LA INSUFICIENCIA ADRENAL?

Puede controlar la insuficiencia adrenal participando activamente en su cuidado médico. Usted puede:

- Aprender sobre su enfermedad
- Tomar sus medicamentos todos los días
- Reconocer cuándo se siente enfermo y cuidarse muy bien
- Tener regularmente citas de control médico
- Usar un brazalete médico de alerta (Medic-Alert) en todo momento. (Se le hará entrega de este brazalete antes de darle salida del Centro Clínico).
- Informar a sus demás médicos acerca del diagnóstico de insuficiencia adrenal antes de cualquier procedimiento quirúrgico, para determinar si son necesarias las " dosis de estrés" .



Si sigue las pautas que se indican aquí y las instrucciones de su equipo de atención médica, podrá vivir una vida plena y productiva. Sólo usted puede cuidarse a sí mismo.

GLOSARIO

Enfermedad de Addison: enfermedad causada por la incapacidad de las glándulas adrenales para secretar suficientes hormonas.

Glándulas adrenales: dos glándulas situadas encima de cada riñón, que secretan cortisol y otras hormonas esenciales.

Aldosterona: hormona producida por las glándulas adrenales para regular los niveles de sal, potasio y agua en el cuerpo.

Hiperplasia adrenal congénita (CAH, por sus siglas en inglés): trastorno de las hormonas adrenales que está presente desde el nacimiento.

Cortisol: hormona secretada por las glándulas adrenales para regular el metabolismo de los carbohidratos y las proteínas.

Enfermedad de Cushing: tumor pituitario que produce demasiadas hormonas adrenocorticotrópicas (ACTH, siglas en inglés) y que causa el síndrome de Cushing.

Síndrome de Cushing: enfermedad cuyo origen es la hiperproducción de cortisol en las glándulas adrenales.

Glucocorticoides: hormonas producidas por la corteza adrenal que actúan en el proceso metabólico de los carbohidratos, las proteínas y las grasas, y que tienen también propiedades antiinflamatorias.

Hidro cortisona: un tipo de cortisol. Es el medicamento que se emplea para reemplazar el cortisol en el cuerpo.

Cirugía transfenoidal: neurocirugía altamente especializada en la que se extirpan tumores de la glándula pituitaria.

Esta información ha sido preparada específicamente para los pacientes que participan en investigaciones clínicas en el Centro Clínico de los Institutos Nacionales de la Salud (National Institutes of Health Clinical Center) y no necesariamente se aplica a pacientes de otros lugares. Si tiene preguntas acerca de esta información, hable con un miembro de su equipo de cuidado médico.

Los productos o fuentes de información que se mencionan en este documento son únicamente ejemplos ilustrativos y no implica un respaldo por parte de los NIH; así como el hecho de que el nombre de un producto o fuente de información no sea mencionado, tampoco implica que el producto o fuente de información no sea satisfactorio.

National Institutes of Health
Clinical Center
Bethesda, MD 20892

¿Tiene preguntas sobre el Centro Clínico?
<http://www.cc.nih.gov/comments.html>

2007

