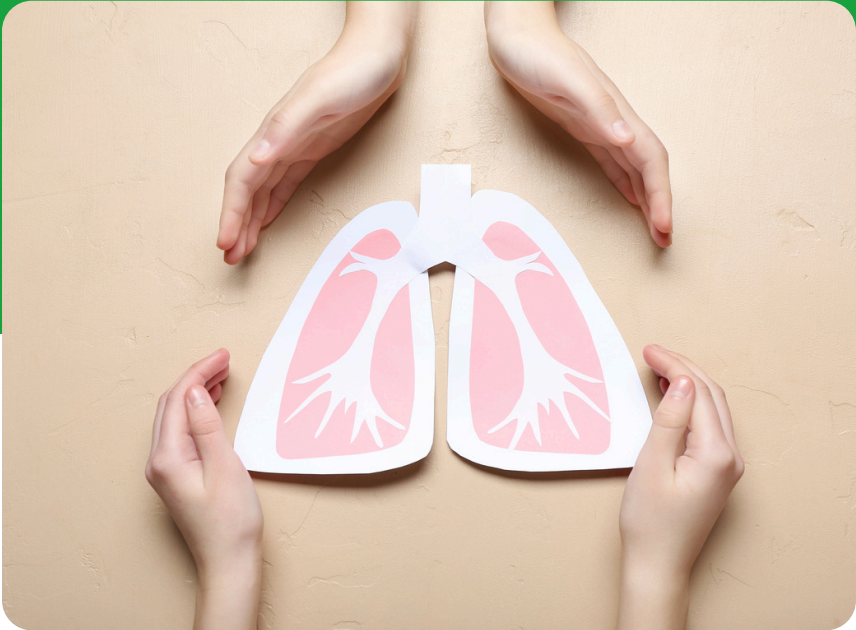




RESPIRACIÓN Y APOYO EN ELA

**Guía de técnicas respiratorias para
realizar con orientación profesional**

NUESTRA RECOMENDACIÓN

En la ELA, el debilitamiento de los músculos respiratorios puede afectar progresivamente la capacidad para respirar profundamente y toser de manera efectiva.

Algunas técnicas pueden ayudar a movilizar aire y apoyar la eliminación de secreciones, pero deben ser indicadas y enseñadas previamente por un profesional del equipo respiratorio.

No todas las técnicas son adecuadas para todas las personas ni para todas las etapas de la enfermedad.

IMPORTANTE: SUSPENDER LA TÉCNICA ANTE MAREO, DIFICULTAD PARA RESPIRAR, DOLOR, FATIGA O CUALQUIER MALESTAR.

1. APILAMIENTO DE AIRE (BREATH STACKING)

Permite realizar varias inspiraciones pequeñas consecutivas para aumentar el volumen de aire antes de exhalar o toser.



Realizar varias inspiraciones pequeñas sin soltar el aire. Después, exhalar o toser.

Importante: solo debe realizarse si la persona conserva un buen cierre labial y puede coordinar adecuadamente la respiración. Requiere valoración y entrenamiento previo.

2. RECLUTAMIENTO PULMONAR CON BOLSA

Ayuda a administrar aire de manera asistida cuando la persona requiere apoyo para realizar inspiraciones más amplias.



Administrar insuflaciones lentas y tolerables con válvula unidireccional.

Importante: el cuidador debe haber recibido entrenamiento del equipo respiratorio. Nunca debe comprimirse la bolsa con fuerza.

3. TOS ASISTIDA MANUALMENTE

Brinda apoyo al esfuerzo de tos cuando la persona necesita ayuda para hacerlo de manera más efectiva.



La ayuda debe sincronizarse con la tos. Al comenzar el esfuerzo de tos, se realiza un impulso suave hacia adentro y arriba, según el entrenamiento recibido.

Importante: debe ser enseñada previamente por un profesional del equipo respiratorio.

4. ASISTENCIA MECÁNICA DE LA TOS

Utiliza un dispositivo específico para asistir las fases de inspiración y espiración y apoyar la tos.



Mantener un sello cómodo de la mascarilla y respetar los tiempos y presiones indicados por el profesional tratante.

Importante: utilizar únicamente con los parámetros formulados y después de recibir entrenamiento para el manejo del equipo.