

Mal agudo de montaña

El mal agudo de montaña puede ocurrir cuando una persona que está acostumbrada a estar en alturas bajas, asciende a una altura mayor.

Es el tipo más frecuente de los males de las alturas y ocurre en más de un cuarto de las personas que viajan a más de 3500 m (11 667 pies) y en más de la mitad de las personas que viajan a más de 6000 m (20 000 pies). Los síntomas incluyen dolor de cabeza, fatiga, poco apetito, náuseas o vómitos, mareo leve y trastornos del sueño. Por lo general, los síntomas ocurren de 6 a 12 horas después de la subida y pueden ser de leves a graves. Por lo general, los síntomas mejoran después de 1 o 2 días si no se sigue subiendo, pero a veces pueden durar más tiempo. En menos del 1 % de los casos, los síntomas pueden evolucionar a un **edema cerebral de gran altitud**, una afección potencialmente mortal que se caracteriza por tener síntomas como marcha tambaleante, confusión y disminución de la conciencia.

¿Cómo se diagnostica el mal agudo de montaña?

El mal agudo de montaña es un diagnóstico clínico basado en los síntomas típicos en el contexto de ascender a alturas mayores. Por lo general, el examen físico es normal. Generalmente, no es difícil de diagnosticar en adultos sanos; sin embargo, en niños y personas con problemas de salud iniciales, puede ser más difícil de diagnosticar. No se necesitan análisis de sangre ni pruebas de diagnóstico por imágenes, a menos que sea para descartar otros diagnósticos. Por lo general, los síntomas mejoran luego del tratamiento con oxígeno complementario; a veces, esto puede usarse como una “prueba” de diagnóstico para el mal agudo de montaña.

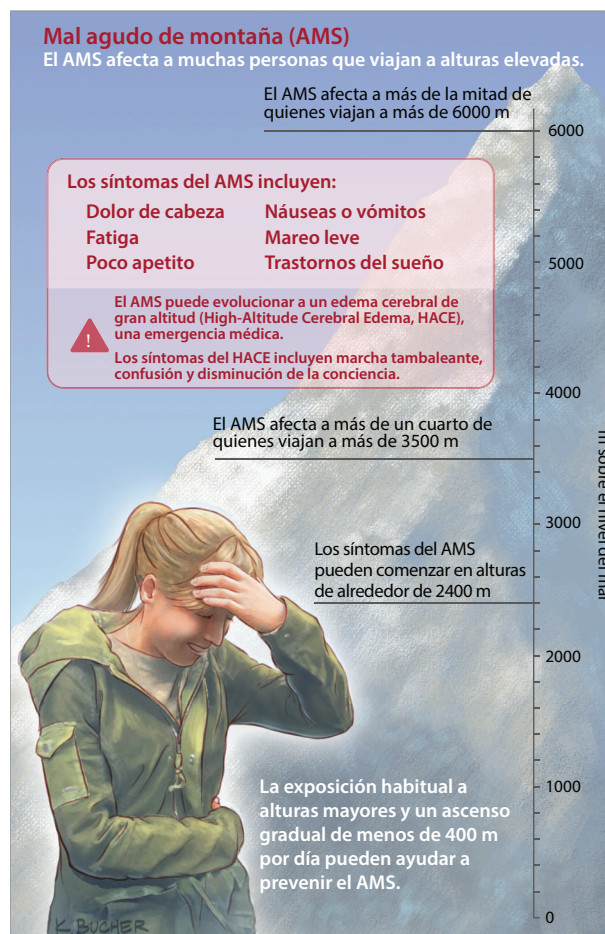
Se pueden usar varias herramientas de diagnóstico basadas en cuestionarios para diagnosticar el mal agudo de montaña. Entre los ejemplos encontramos la escala de mal agudo de montaña - cerebral (Acute Mountain Sickness-Cerebral, AMS-C), la escala de Hackett, el cuestionario de la escala de Lake-Louise (Lake Louise Questionnaire Score, LLQS) y la escala funcional clínica (Clinical Functional Score, CFS). Un artículo del 14 de noviembre de 2017, edición de *JAMA*, analiza la precisión de estas diversas herramientas de diagnóstico.

¿Cómo se trata el mal agudo de montaña?

Las personas con mal agudo de montaña deben abstenerse de subir a alturas mayores hasta que los síntomas se hayan resuelto. Los casos leves se tratan, generalmente, con atención de apoyo que incluye reposo, analgésicos para el dolor de cabeza e hidratación. Los casos más graves se pueden tratar con oxígeno administrado mediante una cánula nasal así como con medicamentos de venta con receta como acetazolamida, dexametasona o ambas. Si los síntomas son graves o persistentes, se recomienda el descenso.

¿Cómo se puede prevenir el mal agudo de montaña?

Las tácticas de prevención para el mal agudo de montaña incluyen exposición habitual a la altura (aclimatación previa) y un ascenso gradual (lento), especialmente cuando se trata de la altitud a la que se duerme (aspire a menos de 400 m [1333 pies] de diferencia entre cada noche). Beba mucha agua y evite el alcohol. Las personas con antecedentes de mal agudo de montaña deben



ser especialmente cuidadosas y pueden tomar acetazolamida antes de ascender para prevenir o disminuir los síntomas.

Las personas con enfermedad cardíaca, enfermedad pulmonar, anemia o apnea obstructiva del sueño deben hablar con sus médicos antes de viajar a alturas elevadas.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Centers for Disease Control and Prevention
wwwnc.cdc.gov/travel/page/travel-to-high-altitudes

✚ Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace de Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en www.jama.com. Las traducciones al español están disponibles en la pestaña de contenido complementario.

Autor: Jill Jin, MD, MPH

Fuente: Collet TH. Does this patient have acute mountain sickness? the rational clinical examination systematic review. *JAMA*. doi:10.1001/jama.2017.16192

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.