

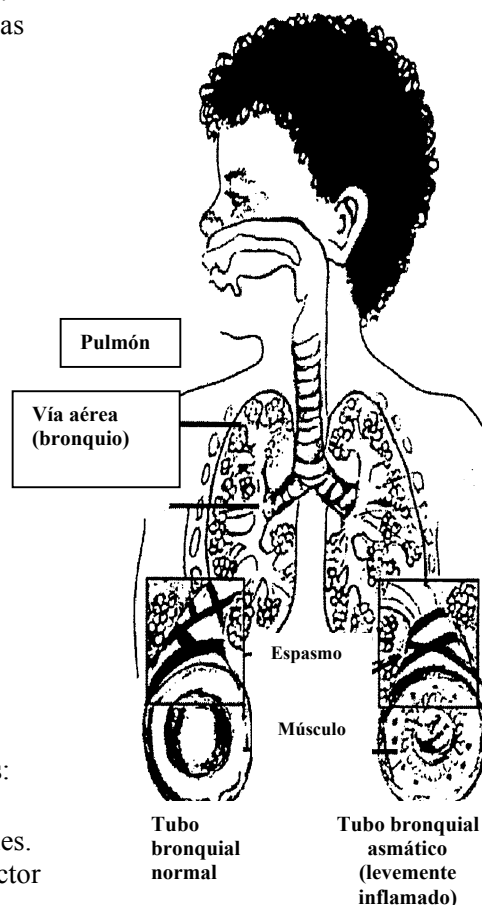
ASMA: ¿Qué es?

37:B:1 Spanish

El asma es una enfermedad pulmonar crónica que se puede controlar pero que no se cura. Las vías respiratorias de las personas con asma son muy sensibles a cosas que no generan molestias en las vías respiratorias de otras personas. Las vías respiratorias de una persona con asma reaccionan en forma excesiva ante determinadas cosas en el aire que se conocen como “factores desencadenantes”. Los factores desencadenantes del asma pueden iniciar (o empeorar) los siguientes tipos de problemas:

- Las paredes de las vías respiratorias se hinchan y se irritan. Esto se denomina inflamación.
- Los músculos que rodean las vías respiratorias comienzan a contraerse o se tornan rígidos. Esto se denomina broncoespasmo.
- Comienza a acumularse gran cantidad de moco.

Esta combinación de inflamación, contracción y exceso de moco puede provocar problemas: las vías respiratorias se estrechan (obstruyen) y pueden dificultar la respiración.



Factores desencadenantes del asma

Existen tres grupos principales de factores desencadenantes:

1. **Infecciones**, como los resfríos y las infecciones sinusales. Toda persona con asma presenta problemas con este factor desencadenante.
2. **Alergias** al polen (de árboles, hierbas, malezas), mohos, caspa de animales, ácaros del polvo y cucarachas.
3. **Irritantes** como el humo del tabaco, los perfumes o los gases que despiden los calefactores.

A menudo los niños pueden presentar síntomas al **realizar ejercicios** o respirar **aire frío**. Sin embargo, con los medicamentos adecuados, casi todos los niños con asma pueden, y deben, practicar ejercicios y jugar al aire libre.

37:B:1 Spanish

Síntomas de asma

1. **Síntomas**

- Tos
- Sibilancia (sonido de silbido agudo que se produce cuando su hijo(a) respira).
- Una sensación de opresión o dolor en el pecho.
- Sensación de falta de aire.

2. **Asma persistente**

Si los síntomas se producen con mucha frecuencia -por ejemplo, más de dos veces a la semana- su hijo(a) tiene asma persistente. Cuando el asma de su hijo(a) se encuentra controlada, los síntomas deberían presentarse esporádicamente. Tomar los medicamentos de manera regular y evitar los factores desencadenantes puede mantener el asma persistente bajo control. Consulte el plan para el control del asma de su hijo(a): Zona Verde.

3. **Ataques de asma**

Un “ataque” o “episodio agudo” de asma se produce cuando los síntomas del asma se agravan de tal forma que afectan las actividades del niño(a), en especial el juego, la práctica de ejercicios y el sueño. El tratamiento de los ataques se explica con detalles en el plan para el control del asma de su hijo(a): Zona amarilla y Zona roja.

Medicamentos para el asma

El asma se trata con dos categorías generales de medicamentos:

1. **Medicamentos de control a largo plazo:** impiden la inflamación de las vías respiratorias; por lo general se los toma una o dos veces al día. Estos medicamentos previenen la aparición de síntomas persistentes y reducen el número y gravedad de los ataques de asma.
2. **Medicamentos para el alivio rápido (o medicamentos “de rescate”):** ayudan a aliviar los síntomas a medida que aparecen PERO estos medicamentos NO previenen los síntomas diarios ni los ataques. La necesidad frecuente de estos medicamentos indica que el asma no está siendo bien controlada.

La clave para el manejo del asma es mantenerla bajo control:

- 1) *evitando los factores desencadenantes y*
- 2) *usando medicamentos de control según las indicaciones médicas*