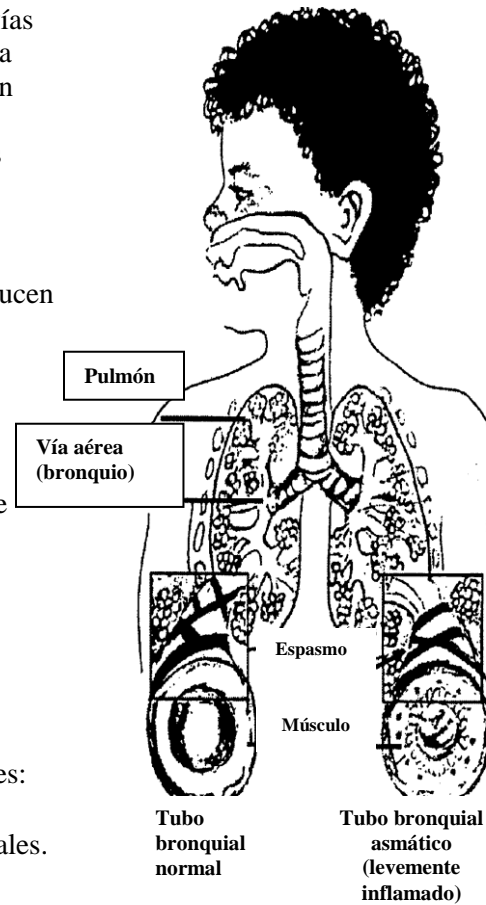


El asma es una enfermedad pulmonar crónica que se puede controlar pero que no se cura. Las vías respiratorias de las personas con asma son sensibles a cosas que no generan molestias en las vías respiratorias de otras personas. Las vías respiratorias de una persona con asma reaccionan en forma excesiva 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. También producen una gran cantidad de moco.
- Los músculos que rodean las vías respiratorias comienzan a contraerse o se tornan rígidos. Esto se denomina broncoespasmo.

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.
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:01 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 de atención 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 de atención del asma de su hijo(a): Zona amarilla y Zona roja.

Creado 4/2005  
Revisado 3/06, 7/09  
Translated 5/10

### *Medicamentos para el asma*

El asma se trata con dos tipos de medicamentos:

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

*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*

**Los materiales educativos para pacientes y familias presentan información educativa para ayudar a las personas y familias. Esta información no debe ser interpretada como asesoramiento médico ni reemplazar cualquier tipo de relación con su médico o proveedor de atención médica.**

©The Children’s Hospital of Philadelphia 2010  
Queda prohibida su copia o distribución sin autorización. Todos los derechos reservados.