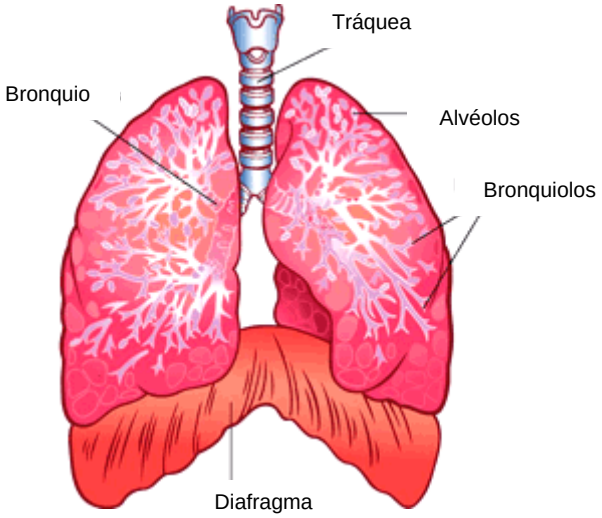
DANBURY HOSPITAL
A Higher Level of Care

Hoja educativa para el paciente del Danbury Hospital

¿Qué es el asma?



¿Qué es el asma?

El asma es un trastorno que afecta las vías respiratorias de los pulmones y la respiración. Sus vías respiratorias, o tubos respiratorios, se llaman bronquios. Cuando se presenta un ataque o brote de asma, los bronquios se inflaman y se estrechan. Puede que también haya moco, además de inflamación. Estos distintos cambios dificultan el pasaje de aire a través de los bronquios hacia los pulmones, generando problemas para respirar.

Entre los ataques, la respiración puede parecer normal. Si se enferma, probablemente le lleve varios días volver a esta normalidad inicial. La prevención de los ataques es algo fundamental. Además, si se presentasen los síntomas, la detección y el tratamiento tempranos son necesarios para optimizar la salud.

¿Cuáles son los síntomas asociados con un ataque de asma?

- Sibilancias o sonidos similares a silbidos al respirar
- Tos
- Sensación de opresión en el pecho
- Dificultad para respirar o falta de aliento

¿Qué causa los ataques de asma?

Entre los ejemplos pueden incluirse:

- Humo de tabaco
- Insectos microscópicos llamados ácaros del polvo, que viven en las partículas del polvo
- Caspa de los animales
- Moho
- Ejercicio
- Polvo
- Tiza
- Perfumes
- Polen y pastos
- Virus
- Inhalar aire frío

¿Cómo se trata el asma?

El asma se trata con distintos medicamentos, dependiendo de las necesidades individuales de cada paciente. Estas opciones pueden tener forma de inhaladores, pastillas y medicamentos líquidos. El tratamiento a menudo dependerá de la gravedad, la frecuencia y la rapidez con la que ocurran los

ataques. El asma crónica se trata con medicamentos que reducen la inflamación de los bronquios. Durante un ataque agudo, suelen usarse broncodilatadores para relajar los músculos de los bronquios y permitir que el aire entre y salga más libremente de las vías respiratorias.

¿Los ataques se pueden prevenir?

Muchos ataques de asma se pueden prevenir siguiendo el plan individual de manejo del asma indicado por su médico:

- **Identifique y controle los desencadenantes de asma a los cuales es sensible.**
  - *Evite los desencadenantes mediante controles ambientales tales como:*

✓ Pasar la aspiradora con frecuencia	✓ Cambiar los filtros de aire
✓ Sacudir los muebles con frecuencia	✓ Evitar el humo de tabaco en la casa y en el auto
✓ Mantener las mascotas fuera de los dormitorios	
✓ Limpiar la ropa de cama y las almohadas	

- **Tome los medicamentos conforme a las indicaciones.**
  - *Los ataques suelen ocurrir cuando el plan de medicación de mantenimiento no se sigue sistemáticamente.*
- **Preste atención a los signos de advertencia de un ataque de asma.**
  - *Los signos pueden ocurrir desde un par de horas hasta un par de días antes del ataque.*

✓ Estornudos, sibilancias, tos	✓ Quejas en general por no sentirse bien o sentirse "raro"
✓ Cambios en la respiración	
✓ Cambios del estado de ánimo o en el nivel de energía	

  - *Llame a su médico cuando se presenten signos de advertencia. Puede que sea necesario ajustar su plan de medicación y manejo del asma (o el de su hijo).*
  - *Puede que su médico le recomiende el uso de un medidor de flujo de aire máximo, que es in dispositivo portátil en el que sopla como al inflar un globo, para medir qué tan bien están funcionando sus pulmones.*

Fuente:

Nemours Foundation @ http://kidshealth.org

06/2007