



# Comprendiendo qué es el asma



## ¿Qué es el asma?

El asma es una enfermedad crónica que afecta los pulmones y causa problemas respiratorios. Estos ocurren cuando las vías respiratorias de los pulmones se inflaman, se irritan, se hacen más pequeñas y se llenan de mucosidad o moco. Esto causa dificultad en el tránsito normal del aire a través de los pulmones.

## ¿Qué causa el asma?

No se sabe exactamente qué causa el asma. Es una combinación de elementos ambientales y de herencia genética. También muchos elementos pueden irritar las vías respiratorias y causar síntomas de asma. Estos incluyen: moho, humo de cigarrillo, ácaros del polvo y el humo de tabaco, entre otros.

## ¿Cuáles son los signos y síntomas del asma?

- Dificultad para respirar
- Toser
- Sibilancias
- Opresión en el pecho
- Latidos del corazón rápidos



[eisnerhealth.org](https://eisnerhealth.org)  
[@EisnerHealth](https://www.facebook.com/EisnerHealth)  
[@eisner\\_health](https://www.instagram.com/eisner_health)

## ¿Qué factores agravan el asma?

Los agravantes son cosas que pueden irritar las vías respiratorias y causar síntomas de asma. Estos incluyen: humo de cigarrillo, alérgenos (ácaros del polvo, polen, pelo de mascotas), aire sucio, ejercicio e infecciones respiratorias como el resfriado y la gripe.

## ¿Cómo se diagnostica el asma?

El proveedor médico de su hijo le hará muchas preguntas sobre su historial médico, cualquier dificultad para respirar normalmente y sobre su historial médico familiar. También le preguntará sobre las cosas a las que su hijo puede ser alérgico y sobre cualquier contacto con cosas que le dificulten la respiración. Luego, su proveedor realizará un examen físico y una prueba de respiración llamada espirometría para determinar qué tan bien están funcionando los pulmones de su hijo.

## ¿Cómo se trata el asma?

Los síntomas del asma se pueden controlar siguiendo dos instrucciones importantes: evite lo que pueda provocarle asma y tome los medicamentos según las indicaciones del proveedor.

**Evite elementos que puedan provocar asma:** una vez que se identifique qué provoca el asma de su hijo, el equipo médico trabajará con usted para ayudarlo a evitarlos. Algunas cosas que puede hacer para evitar el asma incluyen: lavar las sábanas con frecuencia, pasar la aspiradora a menudo, mantener a las mascotas afuera, evitar áreas con niveles altos de polen. Otra cosa importante que puede hacer para ayudar a prevenir los síntomas del asma en su hijo es asegurarse de que reciba la vacuna anual contra la gripe.

**Tome los medicamentos según las indicaciones de su médico:** es importante que tome sus medicamentos exactamente como su proveedor le haya indicado. No todos los pacientes toman los mismos medicamentos, así que asegúrese de saber cómo tomar los que le recetó su proveedor médico. Hay dos tipos de medicamentos para el asma: alivio rápido y control a largo plazo. Algunos niños necesitarán ambos medicamentos, mientras que otros solo necesitarán uno. Sus medicamentos de alivio rápido y control pueden ser los mismos, pero su proveedor le dirá cómo y por qué podría tomarlos de manera diferente.

- a. Los medicamentos de alivio rápido actúan rápidamente para abrir las vías respiratorias y permitir que entre y salga más aire de los pulmones. El efecto de este medicamento comienza poco después de tomarlo, pero no dura mucho.
- b. Los medicamentos de control a largo plazo controlan el asma al prevenir que comiencen los síntomas. Estos medicamentos deben tomarse todos los días, incluso cuando su hijo no tenga síntomas.