

## ¿Qué es el asma? (What is Asthma)

El asma es una enfermedad de los pulmones. No existe una cura pero el asma puede controlarse bien para que su hijo esté sano y disfrute de todas sus actividades favoritas.

El asma provoca que las vías respiratorias (los tubos respiratorios de los pulmones) se hagan más pequeños, dificultando la respiración. Los síntomas comunes del asma son:

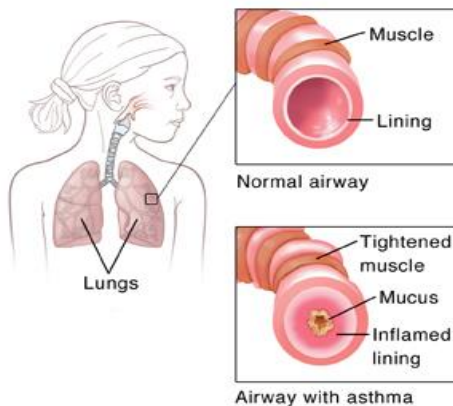
- tos
- sibilancia
- opresión en el pecho
- problemas para respirar

Estos síntomas son continuos y mejoran con los medicamentos para el asma.

## En qué manera el asma dificulta la respiración?

El asma afecta las vías respiratorias de su hijo de tres maneras:

1. **La hinchazón (inflamación)** en el interior de la vía respiratoria significa que hay menos espacio para que fluya el aire hacia adentro y afuera.
2. **Un broncospasmo** ocurre cuando los músculos alrededor de la vía respiratoria se tensan. Esto también significa que hay menos espacio para que el aire fluya hacia dentro y fuera.
3. **Se produce demasiada mucosidad** y puede obstruir las vías respiratorias.



## ¿Cuáles son los desencadenantes y cómo ocasionan un ataque de asma?

Existen muchas cosas que pueden provocar un ataque de asma, las cuales se llaman desencadenantes. Cada niño presenta diferentes desencadenantes del asma pero algunos de los más comunes son:

- los cigarrillos (tabaco, marihuana, cigarrillos electrónicos), el humo
- los resfriados y otros virus que afectan la nariz, la garganta, las vías respiratorias y los pulmones
- el ejercicio
- los perfumes y otros olores fuertes
- el aire frío, cambios de tiempo weather
- la polución del aire
- la preocupación, el estrés, las emociones
- el polen, el polvo, el moho y la caspa animal pueden provocar el asma en los niños que padecen de alergias

## Medicamentos

El asma se trata con medicamentos, los cuales mejoran los síntomas al disminuir la hinchazón y el broncoespasmo. Existen tres tipos principales de medicamentos para el asma.

1. **Los inhaladores de alivio rápido**, como albuterol o levalbuterol, alivian rápidamente los músculos alrededor de las vías respiratorias y deben mejorar el ataque de asma en 5-10 minutos. Estos medicamentos también se denominan broncodilatadores.
2. **Los medicamentos de control** pueden ser corticoesteroides inhalados o medicamentos antiinflamatorios no esteroideos. Deben administrarse cada día, incluso cuando el niño se siente bien ya que evitan los síntomas y ataques del asma. Estos medicamentos ayudan a disminuir la hinchazón dentro de las vías respiratorias pero no funcionan lo suficientemente rápido para parar los síntomas durante un ataque de asma.
3. Quizás sea necesario administrar **corticoesteroides por vía oral** para los síntomas del asma que no mejoran con solamente el albuterol.

Todos los medicamentos conllevan efectos secundarios. Hable con el médico de su hijo acerca de cualquier preocupación que tenga sobre los efectos secundarios de los medicamentos que le administra a su hijo. Es muy importante seguir las instrucciones sobre cuándo y cómo administrar los medicamentos del asma para controlarlo bien.

## Control del asma

El asma está bien controlada si: Your child can run and play as much as they want.

- Su hijo puede correr y jugar tanto como desea.
- Su hijo no falta a la escuela, al trabajo u otras actividades.
- Su hijo duerme bien por la noche.

Usted no se acuerda de la última vez que llevó a su hijo a la sala de urgencias debido al asma.

## Recordar Rules of Two® (las normas del dos) para verificar el control del asma:

¿Su hijo...:

- ...presenta síntomas de asma o usa el inhalador de alivio rápido más de dos veces a la semana?
- ...se despierta por la noche con síntomas de asma más de dos veces al mes?
- ...debe surtir nuevamente el inhalador de alivio rápido más de dos veces al año?

Si respondió "sí" a cualquiera de las preguntas anteriores, entonces el asma de su hijo no está bien controlada. Por favor, hable con el médico de su hijo.

## Siga el Plan de Acción para el Asma y busque ATENCIÓN MÉDICA URGENTE para el asma si su hijo presenta estos síntomas→

- Se le dificulta respirar al caminar o hablar.
- Los músculos del cuello, el pecho o las costillas de su hijo se hundan o las fosas nasales aletean con cada respiración.
- El inhalador de alivio rápido no funciona y su hijo empeora.
- Si el medidor de flujo máximo es inferior a 50% del número normal para él.
- La piel o los labios de su hijo se tornan morados, si se desmaya por el asma o no puede respirar. Si esto ocurre, llame al 911 enseguida.

The Rules of Two® is a registered trademark of Baylor Health Care System.

Anschutz Medical Campus 13123 East 16th Ave. Aurora, CO 80045 | 800-624-6553 | [childrencolorado.org](http://childrencolorado.org)

**Autor: Asthma Education Standard Committee | Aprobado por el comité educativo para las familias y los pacientes | Vigente hasta el 2018**

The information presented is intended for educational purposes only. It is not intended to take the place of your personal doctor's advice and is not intended to diagnose, treat, cure or prevent any disease. The information should not be used in place of a visit, call or consultation or advice of your doctor or other health care provider.