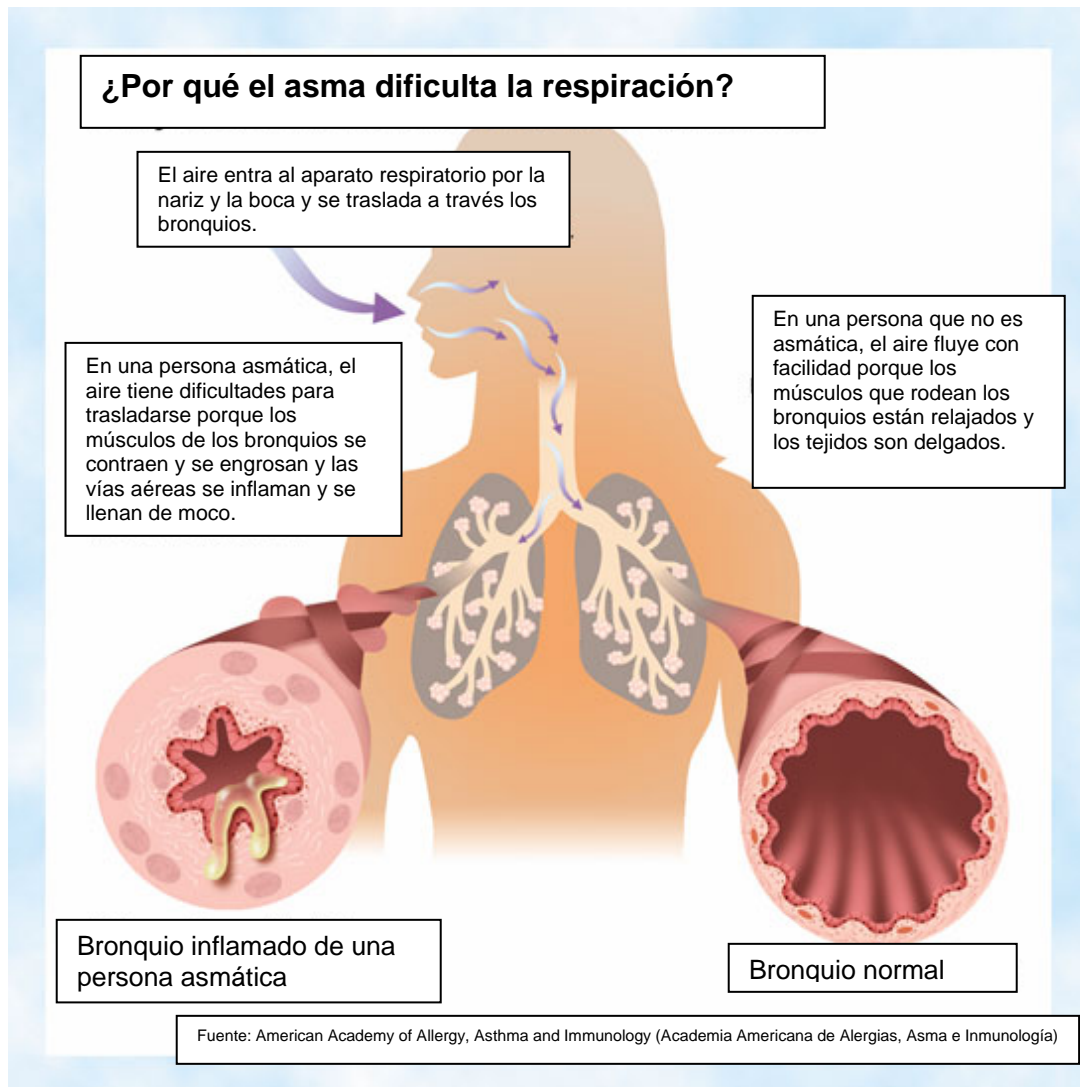


¿Qué es el asma?

El asma es una enfermedad que se padece durante toda la vida y afecta los bronquios que transportan el aire hasta los pulmones. Estos conductos también se llaman vías aéreas. Cuando se tiene asma, a veces resulta difícil respirar debido a los siguientes cambios que se producen en las vías aéreas:

- Inflamación de la película que recubre las vías aéreas.
- Exceso de moco en las vías aéreas.
- Contracción de los músculos que rodean las vías aéreas (espasmo muscular).



El asma no es una enfermedad contagiosa. No tiene cura, pero puede controlarse con medicamentos de administración diaria. Si bien es una enfermedad **crónica** (que dura toda la vida), cualquier persona asmática puede tener una crisis sintomática **aguda** (repentina). Aunque su hijo no tenga ningún síntoma, los niños asmáticos casi siempre tienen algún tipo de inflamación en las vías aéreas. Por lo tanto, siempre existe la posibilidad de que se presente una crisis. Si bien el asma es una enfermedad crónica, su gravedad puede variar con el correr de los años. Es posible que su hijo deba tomar medicamentos para el asma todos los días durante varios meses o años, pero también puede haber etapas en las que no necesite esta medicación.

Cómo reconocer una crisis asmática

- **Sibilancia:** Un silbido o sonido musical fuerte que se oye cada vez que la persona respira, principalmente cuando exhala, y que podría indicar que las vías aéreas se han estrechado, lo cual dificulta la respiración.
- **Tos:** A menudo repetida y que interfiere con el sueño o las actividades del niño.
- **Falta de aire:** En los niños pequeños que no pueden decir que les falta el aire, usted podrá notar una respiración más acelerada, ensanchamiento de las fosas nasales, retracción (movimiento por el cual, cada vez que se respira, el tórax parece hundirse justo por debajo del cuello, bajo el esternón y las costillas o en los espacios que hay entre las costillas) o dificultad para decir oraciones completas.
- **Opresión en el pecho:** Los niños más grandes pueden quejarse de dolor u opresión en el pecho.
- **Menor actividad** debido a la dificultad para respirar.

¿Qué causa una crisis asmática?

Los **desencadenantes** pueden producir crisis asmáticas. Estos desencadenantes son cosas que empeoran los síntomas de asma y son distintos en cada niño. Su médico lo ayudará a identificar los desencadenantes de su hijo. Algunos ejemplos son:

- Infecciones de las vías aéreas, como resfríos o neumonía.
- Alergias.
- Sustancias irritantes (como la contaminación o el humo del cigarrillo) que hay en el aire que respiramos.
- Ejercicio físico.
- Tensión.

¿Cómo pueden reducirse las crisis asmáticas?

- Siga el plan de tratamiento para el asma que le dio el médico de su hijo.
- Administre los medicamentos de alivio rápido y de control según las indicaciones.
- De ser posible, mantenga a su hijo alejado del humo y de los desencadenantes conocidos.
- Consulte a su médico si los síntomas del niño empeoran o el niño no responde al plan de tratamiento habitual.

