



Lo que debe saber sobre el control del asma y usted

¡Sea su propio defensor médico!

Use sus beneficios de Medicaid para ayudarlo a mantenerse sano.

Estos beneficios de Medicaid pueden ayudarlo a mantener su asma bien controlado:

- **Consultas médicas**, para que pueda hablar con su proveedor de atención médica sobre cómo se siente y hacer un Plan de acción para el asma.
- **Medicamentos e inhaladores** para ayudar a controlar los síntomas del asma.
- **Consultas a domicilio por asma**, si las solicita su proveedor de atención médica, para ayudarlo a identificar los desencadenantes y reforzar su capacidad de controlar el asma.
- **Servicios de educación para el control del asma** prestados por proveedores autorizados y certificados para ayudarlo a aprender los pasos para controlar el asma.

Si tiene preguntas sobre el uso de sus beneficios, llame al número de teléfono de su tarjeta de Medicaid.

ENTENDER QUÉ ES EL ASMA

¿Lo sabía?

- El asma es una enfermedad de largo plazo que afecta a los pulmones.
- El asma hace que las vías respiratorias se inflamen y se estrechen, lo que dificulta la respiración.
- Los desencadenantes frecuentes del asma incluyen humo, mascotas con pelo o plumas, polvo, moho y ciertos productos químicos. Los desencadenantes del asma son diferentes para cada persona.
- Cuando los factores desencadenantes como el humo, el polvo o el moho entran en las vías respiratorias, pueden causar un ataque de asma. Durante un ataque, puede sentir una presión en el pecho, toser o tener sibilancias, y puede que le resulte difícil respirar.
- El asma que no está bien controlado puede limitar qué tan bien se siente. También puede poner en peligro la vida si causa dificultad respiratoria grave.
- Aunque no hay cura, puede tomar medidas para controlar el asma. Las personas que tienen asma pueden llevar una vida activa y sana.
- En el estado de Nueva York, se calcula que 1 de cada 10 adultos (1,65 millones de adultos) y 1 de cada 12 niños (casi 360,000 niños) tienen asma.¹

CONTROL DEL ASMA

¿Qué puede hacer usted?

- Programe y asista a consultas regulares con su proveedor de atención médica.
- Pídale a su proveedor de atención médica que haga un Plan de acción para el asma* con usted. Use el plan para monitorear los síntomas y controlar el asma.
- Siga las instrucciones de su proveedor de atención médica para tomar el medicamento y usar el inhalador. Siga estas instrucciones para controlar los síntomas de asma, incluso si se siente bien.
- Conozca y limite la exposición a los factores desencadenantes del asma.*
- Tome medidas para reducir los factores desencadenantes en su casa.
- Pregúntele a su proveedor de atención médica sobre la educación para el control del asma y si califica para consultas a domicilio por el asma.
- Si su hijo tiene asma, haga un plan con el proveedor de atención médica de su hijo y el personal de la escuela para controlar el asma en la escuela.*

1. https://www.health.ny.gov/statistics/ny_asthma



Identifique y limite la exposición a los factores desencadenantes del asma.

*Use el Plan de acción para el asma, el Rastreador de desencadenantes del asma y los recursos de la Guía escolar en

<https://health.ny.gov/diseases/asthma/brochures>