

(continuación)

¡PIENSE POSITIVO!

La buena noticia es que con el tratamiento adecuado, los niños con asma pueden vivir casi sin límites en sus actividades. Un buen médico le ayudará a descubrir qué causa el asma de su hijo. Entonces, él o ella le explicará cómo la medicina correcta puede ayudar a prevenir los ataques de asma y cómo limitar la exposición de su hijo a los gérmenes y otras cosas que causan asma.

Encontrar el médico y el plan de tratamiento adecuados pueden llevar tiempo, pero es tiempo bien empleado. Sus esfuerzos ayudarán a su hijo a estar tan sano y activo como sus amigos que no tienen asma.

PARA ENCONTRAR AYUDA Y APOYO

Para aprender más sobre el asma, por favor contacte a las agencias siguientes:

The American College of Allergy, Asthma, and Immunology (Asociación americana sobre alergias, asma e inmunología)
800-822-2762, www.acaai.org

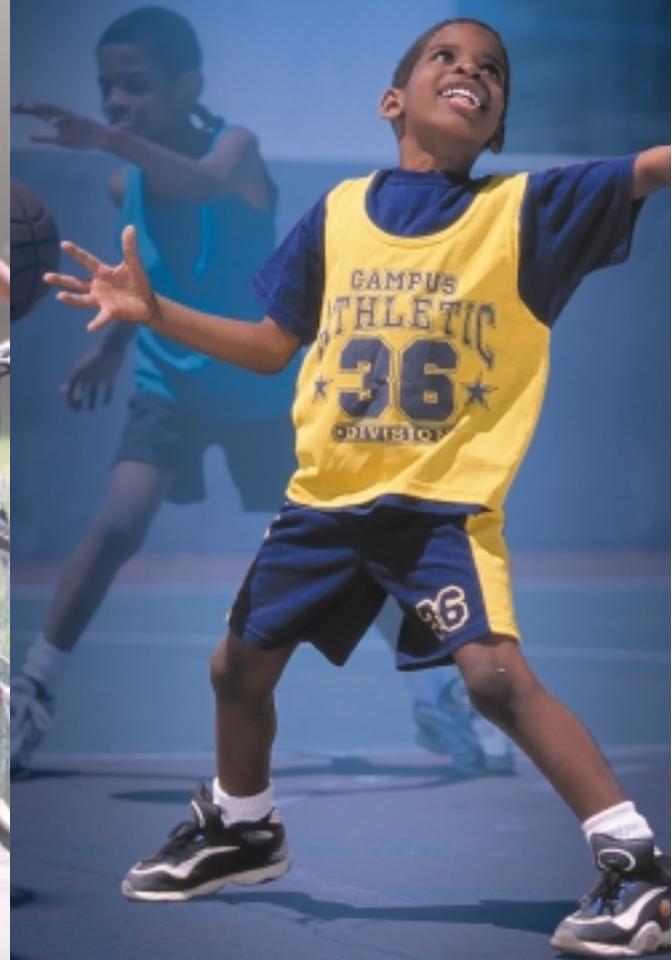
Asthma and Allergy Network / Mothers of Asthmatics (Red sobre el asma y alergias / Madres de asmáticos)
800-878-4403, www.aanma.org

National Jewish Center's Lung Line (Línea para enfermedades del pulmón del Centro nacional judío), 800-222-5864

Support for Asthmatic Youth (Apoyo para jóvenes asmáticos), 516-625-5735

American Lung Association (Asociación americana sobre el pulmón), 212-315-8700,
www.lungusa.org

“¡No permita que el
Asma
corte las alas
de su hijo!”



Estado de Nueva York
George E. Pataki, Gobernador
Departamento de Salud

Antonia C. Novello, M.D., M.P.H., Dr. P.H. Comisionada

¿QUÉ ES EL ASMA?

El asma es una enfermedad que causa ataques graves de tos y dificultad al respirar. Uno de cada 10 niños americanos tiene asma. Aunque el asma no siempre puede prevenirse, puede controlarse con las medicinas y la información adecuadas.



¿QUÉ CAUSA EL ASMA?

No siempre sabemos lo que causa el asma. Las causas del asma cambian de una persona a otra. Las causas más comunes son:

- Humo, especialmente el humo de tabaco
- Caspa de animales (pequeñas partículas de pelo, cabello, plumas o piel)
- Moho
- Ácaros en el polvo (animales microscópicos que viven en el polvo)
- Cucarachas y sus excrementos
- Virus
- Sulfitos (productos químicos que se usan en algunas bebidas gaseosas y alimentos procesados para mantenerlos frescos)

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE ASMA?

Si su hijo tiene cualquiera de los siguientes problemas, él o ella puede tener asma:

- Dificultad al respirar
 - Comienza repentinamente
 - Puede ser peor por la noche o temprano por la mañana
 - Puede empeorar al exponerse al aire frío
 - Puede empeorar durante el ejercicio
- Tos
- Opresión en el pecho
- Dolor en el pecho
- Falta de aliento
- Exceso de moco

¿HAY OTROS SÍNTOMAS QUE PUEDAN SIGNIFICAR QUE MI HIJO TIENE ASMA?

Algunos otros síntomas que a veces pueden estar relacionados con el asma pueden incluir:

- Nariz tapada o que gotea
- Problemas de seno
- Pólipos nasales (bultos dentro de la nariz)

¿PUEDE EVITARSE EL ASMA?

No importa cuánto se esfuerce, el asma no puede evitarse. De todos modos, usted puede limitar la exposición de su hijo a las cosas que provocan el asma, especialmente durante los primeros años de su vida. Usted debe:

- Asegurarse que en su casa no se fuma.

- Evitar que los animales domésticos entren en la habitación de su hijo y que no entren en su casa.
- Amamantar al niño durante el mayor tiempo posible. La leche de la madre contiene anticuerpos que pueden retrasar o prevenir las alergias.
- Evitar, en lo posible, que haya polvo en la habitación de su hijo.
- Lea las etiquetas de toda la comida para evitar las cosas a las que su hijo puede tener alergia.



¿PUEDE TRATARSE Y CONTROLARSE EL ASMA?

¡Sí! Cuando usted sepa que su hijo tiene asma, busque un médico que les guste a usted y a su hijo, y vea sólo a ese médico para su asma. Cuanto mejor conozca el médico a su hijo, más podrá ayudar a controlar el asma de su hijo. Las respuestas a las preguntas siguientes pueden ayudar a su médico a tratar mejor el asma de su hijo:

- ¿Los ataques de asma suceden sólo en algunas estaciones o durante todo el año?
- ¿Su hijo tiene ataques repentinos o empiezan suavemente y empeoran con el tiempo?
- ¿Con qué frecuencia tiene su hijo un ataque de asma?
- ¿Cuánto duran los ataques? (minutos, horas, días)
- ¿Los ataques suceden a ciertas horas del día? (mañana, noche)
- ¿Los ataques de asma suceden sólo en ciertos lugares? (casa, escuela)