

Asma



El asma es una enfermedad crónica que afecta a personas de todas las edades. que provoca que los músculos que rodean las vías respiratorias se hinchen y estrechen. En consecuencia, presentando dificultad para respirar como tos, sibilancias, falta de aliento, entre otras.

Síntomas

Los síntomas de asma pueden ser diferentes según la persona. Algunos de estos son:

- Tos persistente
- Dificultad para dormir
- Dolor o rigidez en el pecho

Estos suelen ser más intensos durante la noche o al realizar actividad física.

¿Qué puede provocar un ataque de asma?

La exposición a alérgenos y/o sustancias irritantes del entorno, como ácaros del polvo, humos, sustancias químicas, etc., puede aumentar el riesgo de un ataque de asma.

Cabe mencionar que, un ataque de asma puede durar de minutos a días.

¿Cómo se realiza el diagnóstico?

El médico examinará sus pulmones con un estetoscopio. Además, verificará su historial médico y preguntará con relación a los síntomas. Así mismo, es posible que necesite exámenes, entre ellos: prueba de la función pulmonar, radiografía de tórax, pruebas de alergias y gasometría arterial.

Tratamiento

El asma no tiene cura, sin embargo, se puede mejorar a través de los diferentes tratamientos. Los objetivos son: controlar la inflamación de las vías respiratorias, ayudar a que realice las actividades rutinarias en su normalidad y limitar la exposición a sustancias.

Algunos de estos medicamentos son para controlar los ataques de asma (como

tratamiento de mantenimiento) y otros de alivio rápido para utilizarlos durante los ataques (como dosis de rescate). Las pruebas de alergia pueden encontrar los factores que estén provocando los ataques de asma. Para mantener el asma bajo control, es necesario utilizar los medicamentos según han sido recomendados por el médico y mantener un plan de acción.

¿En qué consiste el plan de acción?

El plan de acción para el asma es un documento escrito para manejar la enfermedad. Éste debe incluir:

• Instrucciones para utilizar los medicamentos.

• Lista de los elementos que le provocan un ataque de asma y cómo evitarlas.

• Reconocer cuándo el asma empeora y cuándo llamar a su médico o visitar una sala de emergencias.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras el tratamiento, por favor, visite su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

APS Health

787-641-9133

Referencias:

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/00141.htm>

<https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/asthma>

Preparado por Educadores en Salud licenciados.
Revisado en febrero 2024.

©First Medical Health Plan, Inc.