

Asma

¿Qué es el asma?

El asma es una afección pulmonar común que hace que los pequeños conductos que transportan el aire dentro y fuera de los pulmones se estrechen. El asma puede desencadenarse por diferentes cosas en diferentes personas, por ejemplo:

- Alergias (a los ácaros del polvo doméstico o al polen, por ejemplo)
- Humo, contaminación o aire frío
- Ejercicio
- Un resfriado o gripe

¿Cuáles son los síntomas del asma?

- sibilancias
- disnea
- Opresión en el pecho
- tos

¿Cuáles son los tratamientos para el asma?

El asma generalmente se trata con un inhalador, un pequeño dispositivo que le permite inhalar medicamentos. Los principales tipos son:

- Inhalador de alivio: se usa cuando es necesario para aliviar rápidamente los síntomas del asma durante un período breve.
- Inhalador preventivo: se usa todos los días para prevenir los síntomas del asma (**¡esto es muy importante!**)

¿Cómo se puede prevenir un ataque de asma?

- Asegúrese de tomar todos los medicamentos recetados a la hora correcta.
- Hágase revisiones periódicas del asma con su médico de cabecera o enfermera de asma, al menos una vez al año.
- Verifique con su médico de cabecera o enfermera de asma que esté usando su inhalador correctamente.
- Evite las cosas que desencadenan sus síntomas siempre que sea posible.

Referencias

- <https://www.nhs.uk/conditions/asthma/>