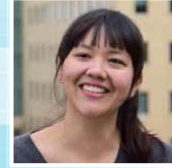




**Kathryn Lee MPH**  
Coordinador Senior de Programas de Investigación  
Escuela de Medicina de la Universidad Johns Hopkins



**Suzy Pollard PhD, MSPH**  
Investigadora Postdoctoral  
Escuela de Medicina Universidad Johns Hopkins



**William Checkley MD, PhD**  
Profesor Asociado de Medicina  
Salud Internacional y Bioestadística  
Escuela de Medicina de la Universidad Johns Hopkins

## HABLEMOS DEL ASMA

En un estudio de investigación reciente realizado por nuestro equipo del Centro de Investigación y Entrenamiento de Enfermedades No Transmisibles ([www.globalnecd.org](http://www.globalnecd.org)) de la Universidad Johns Hopkins en Baltimore, nosotros pedimos a un grupo de niños en Perú que nos dibujen como se siente vivir con asma.



El dibujo de un niño en particular captó nuestra atención: él se dibujó con una mancha roja en el pecho.

Para él, aquella mancha roja representa el sentimiento de dolor en sus pulmones cada vez que respira.

### A nivel mundial

El asma es una enfermedad común

ahora más que nunca. Actualmente, el asma afecta a uno de cada 10 niños en los Estados Unidos, y aproximadamente a 300 millones de personas a nivel mundial.

El asma afecta las vías respiratorias de los pulmones causando dificultad para respirar. La exposición a alérgenos como el moho, el polen, la caspa de mascotas o insectos, y los ácaros, y exposiciones ambientales como la contaminación ambiental y el humo de tabaco son factores relacionados al desarrollo del asma.

En aquellos que ya tienen asma, las mismas exposiciones causan inflamación en las vías respiratorias, engrosamiento del músculo liso alrededor de las vías aéreas, y producción de moco.

Síntomas comunes del asma incluyen episodios de sibilancias, tos, y falta de aire.

En casos severos, en especial cuando no se interviene rápidamente, la dificultad en exhalar puede volverse una emergencia requiriendo hospitalización.

### ¿Cuáles son los síntomas de asma?

Si usted o un familiar cuenta con episodios de sibilancias, tos, falta de aire al caminar, o se despierta en las noches con falta de aire, hable con

un médico para saber si tiene asma.

El médico va a hacerle preguntas acerca de su salud, pruebas de alergia, y exámenes simples de sus pulmones.

Al recibir un diagnóstico de asma, ha tomado el primer paso para poder tomar control de la enfermedad y disminuir sus síntomas.

Es muy importante poder reconocer los signos de peligro de asma, tal como sibilancias severas al respirar, tos constante, respiración rápida, presión en el pecho, retracciones de los músculos del cuello o pecho, dificultad en hablar, labios o uñas de color azul, o empeoramiento de sus síntomas a pesar de tomar sus medicamentos.

Acudir inmediatamente a una sala de emergencias o llamar al 911.

### Importante para todos

Mantener una casa limpia para reducir alérgenos, y eliminar el humo de tabaco personal y de segunda mano.

### ¿Usted o un familiar vive con asma?

Es muy importante visitar al médico periódicamente, y tomar los medicamentos de control como han sido recetados.

Si aún tiene síntomas del asma, acudir a su médico para que pueda hacer los cambios necesarios a su plan de tratamiento.

Y finalmente, es muy importante que usted y su familia puedan reconocer los signos de peligro de un ataque de asma.

El asma es una condición tratable, y usted tiene el poder de disminuir o eliminar sus síntomas.

### Síguenos en:

Facebook: [www.facebook.com/globalnecd](http://www.facebook.com/globalnecd)  
Twitter: @GlobalNCDs

Más información sobre el asma: <https://www.cdc.gov/asthma/es/faqs.htm>

### Traducción:



### Media Partner:

**LATIN OPINION**  
MARYLAND NEWS

**¿ERES VÍCTIMA DE VIOLENCIA DOMÉSTICA?**



House of Ruth Maryland

Llama ahora mismo al **410-732-2176**