

Cuidado del asma de su niño

¿Qué es el asma?

El asma es una enfermedad de las vías respiratorias de los pulmones. Nadie sabe por qué algunos niños se enferman de asma y otros no. No existe una cura para el asma, pero puede controlarse.

El aire entra y sale de los pulmones a través de las vías respiratorias cuando respiramos. Con el asma, las vías respiratorias se vuelven muy sensibles y se inflaman. Esto causa la producción adicional de líquido. Los músculos que se encuentran alrededor de las vías respiratorias también se contraen. Todo esto hace que sea difícil respirar. Cuando pasa esto se le llama un ataque de asma.

¿Cuáles son los síntomas del asma?

- Dificultad para respirar – su niño siente como que no puede respirar profundamente.
- Opresión del pecho – su niño siente como que tiene una correa alrededor del pecho.
- Silbido al respirar – suena como un silbido cuando exhala.
- Tos que dura más de una semana – una tos uniforme, especialmente por la noche.

¿Cómo controlo el asma de mi niño?

- Conozca qué lo causa.
- Colabore con el pediatra del niño. Debe encontrar y permanecer con un médico para el cuidado regular del asma.
 - ✓ Solicite un plan de medidas de control para el asma. Este plan le ayudará a saber qué hacer durante un ataque y qué hacer en una emergencia.
 - ✓ Su niño debe tomar los medicamentos como se los recetan. Asegúrese de que entiende cómo y cuándo debe darle los medicamentos. ¡Haga preguntas! Su médico desea que usted y su niño entiendan todo acerca de los medicamentos.
 - ✓ Si desea usar remedios caseros o medicamento para el resfriado sin receta, asegúrese de consultar con el pediatra. Algunos remedios tradicionales pueden ser útiles, pero eso debe confirmarlo el médico.

¿Qué tipo de medicamentos toma mi hijo para el asma?

Existen dos tipos de medicamentos para el asma. Puede ser que le receten uno o ambos tipos. Es importante que no se mezclen porque causan diferentes efectos en el organismo.

- Controlador a largo plazo (mantenimiento) – Este tipo de medicamento ayuda a evitar que las vías respiratorias se vuelvan sensibles y reduce la posibilidad de un ataque. El controlador se usa con regularidad, **incluso cuando el niño se siente bien**. El controlador ayuda a mantener al niño sintiéndose bien.
- Las medicinas de rescate o de alivio rápido (broncodilatador de acción corta) – Incluso cuando tome un controlador, puede haber ocasiones cuando el niño tenga ataques. Una vez que comienza el ataque, se necesita una medicina de rescate para detenerlo. Además, pueden ayudarle a prevenir ataques causados por el ejercicio o las actividades o juegos físicos.

¿Qué son las mediciones de flujo máximo?

Los niños mayores de 5 años generalmente pueden usar un medidor de flujo máximo. El medidor de flujo máximo mide el flujo de aire a los pulmones. Su plan de medidas de control del asma se basará en su mejor flujo de aire. El medidor de flujo de aire puede determinar en realidad un problema en los pulmones antes de que el niño comience a presentar otros síntomas.

Una de las mejores cosas que puede hacer por su niño es educarse sobre el asma. Hable con su médico sobre la educación referente al asma.

¿Qué hago respecto al asma en la escuela o guardería?

Debe existir un plan sobre la manera como su niño controlará el asma en la escuela. El plan debe ser entre usted, su niño, el maestro y la enfermera o el director de la escuela. Debe basarse en el plan de medidas de control del asma que obtenga del pediatra.

Papel que deben representar los padres o tutores

- Darle a la escuela o guardería una copia del plan de medidas de control del asma. Algunos distritos escolares tienen sus propios planes de medidas de control del asma para que lo llene el pediatra. Asegúrese de que el pediatra lo llene y entréguelo en la escuela.
- Ofrecer una lista por escrito de las señales de advertencia iniciales de su niño de un ataque de asma.
- Proporcionar una lista por escrito de lo que se conoce que causa un ataque y las demás cosas que su niño debe evitar. Asegúrese de indicar si el asma del niño es causada por el ejercicio o los juegos intensos. Si el niño participa en el gimnasio o en deportes, asegúrese de que el entrenador o maestro de gimnasia conozca el plan sobre lo que se debe hacer en caso de que se presente un ataque.
- Proporcionarle a la escuela una lista de los medicamentos que toma y cuándo debe recibirlos. Además incluir si los medicamentos tienen algún efecto secundario en el niño. Algunos niños podrían necesitar recibir sus medicamentos en la escuela. Colabore con la escuela para asegurarse de que el niño pueda llevar los medicamentos con él o si tienen que almacenarse en algún lugar de la escuela que sea de acceso fácil.

Mantenga al niño en la casa si tiene alguno de estos síntomas:

- Infección, dolor de garganta, cuello inflamado o adolorido.
- Fiebre por encima de 100 grados.
- Respira silbando o tiene tos que continúa después de tomar el medicamento.
- Dificultades para respirar o una respiración demasiado rápida.
- Mediciones de flujo máximo anormales. Siga las pautas del plan de medidas de control del asma.

