



Encuentre alivio para el asma de su hijo

El asma es una afección crónica que afecta a las vías respiratorias de los pulmones de su niño o adolescente, lo que dificulta su respiración. Aunque no existe una cura, su hijo puede disfrutar de una vida plena y activa con el tratamiento adecuado.

Un alergista puede ofrecerle el cuidado experto que necesita para desarrollar un tratamiento y manejar los síntomas relacionados con el asma de su hijo. Los alergistas son médicos que se especializan en el diagnóstico y tratamiento del asma y otras enfermedades alérgicas.

La meta del tratamiento del asma es que su niño o adolescente se sienta bien con la menor cantidad de medicamento para hacer el trabajo. Un alergista puede crear el mejor camino para el control del asma trabajando con usted para encontrar las opciones correctas.

Cuando se reúna con un alergista

Estas son algunas preguntas que un alergista puede hacer para comprender el asma de su hijo y determinar el tratamiento:

- ¿Cuáles son los síntomas de su hijo y con qué frecuencia ocurren?
- ¿Los síntomas le impiden jugar, hacer ejercicio o participar en deportes?
- ¿Se despierta por la noche debido a la tos o sibilancias?
- ¿Qué cosas son los desencadenantes de sus síntomas?

- ¿Falta a la guardería, el preescolar o la escuela debido a sus síntomas?
- Si tiene un inhalador de alivio rápido, ¿con qué frecuencia lo usa? ¿Lo recargan en un año?
- ¿Alguna vez ha necesitado un esteroide oral para síntomas significativos?
- ¿Sus síntomas han sido alguna vez tan importantes como para requerir atención de urgencia, visitas a la sala de emergencias u hospitalización?

Tratamiento para el asma

Hay muchos tratamientos efectivos para el asma, con nuevas y emocionantes opciones disponibles. Su adolescente puede tener más opciones de tratamiento que un niño más pequeño, ya que se han aprobado nuevos tratamientos para niños mayores de 12 años. Consulte con su alergista para ver qué tratamientos están disponibles ahora para los adolescentes.

Es esencial que su hijo use todos los medicamentos según las indicaciones. Esto le permitirá asistir a la escuela, participar en deportes y actividades y descansar bien de noche. También es importante hacer un seguimiento con su alergista para encontrar la menor cantidad del medicamento adecuado para mantener los síntomas bajo control.

Su alergista también puede ayudarlo a comprender los desencadenantes del asma de su hijo y trabajar con usted para reducir esos



desencadenantes. Los desencadenantes comunes incluyen infecciones virales, alérgenos (ácaros del polvo, mascotas, polen o moho), irritantes de las vías respiratorias (humo de tabaco, contaminación, ambientadores o productos químicos fuertes) y ejercicio.

¿Cómo se trata el asma?

Un tratamiento para el asma incluye medicamentos que se adaptan a las necesidades de su hijo. Los medicamentos para el asma funcionan de dos maneras principales:

- **Broncodilatadores de alivio rápido.** Estos mejoran los síntomas del asma rápidamente al relajar los músculos alrededor de las vías respiratorias para abrir los conductos de respiración. Alivian los síntomas, pero no tratan la inflamación asociada con el asma. El uso frecuente de estos medicamentos podría significar que el asma de su hijo no está bien controlada.
- **Control a largo plazo.** Por lo general, se toma regularmente para controlar la inflamación de las vías respiratorias y prevenir futuros síntomas. Estos medicamentos pueden incluir:
 - Esteroides inhalados: considerados el estándar de oro del tratamiento del asma, ayudan a reducir la inflamación de las vías respiratorias.
 - Inhaladores combinados: contienen esteroides inhalados y broncodilatadores de acción más prolongada. Las nuevas recomendaciones para un tipo específico de esteroide inhalado combinado con formoterol (ICS-formoterol, por sus siglas en inglés) pueden usarse tanto para un alivio rápido como para un control a largo plazo.

- Una tableta masticable diaria que bloquea los químicos (leucotrienos) involucrados en las respuestas del sistema inmunitario.
- Inmunoterapia con alérgenos (inyecciones o tabletas para la alergia): Estos pueden ser apropiados para niños de 5 años o más que tienen alergias que desencadenan su asma. Las vacunas para la alergia pueden reducir/eliminar las alergias como desencadenantes y conducir a una mejora a largo plazo en el control del asma. También hay tabletas solubles que se pueden colocar debajo de la lengua (sublingual) para reducir ciertas alergias. Usted y su alergista pueden analizar cuál es la mejor opción para su hijo.

Administración de medicamentos para el asma

- **Los inhaladores para el asma**, que pueden venir en forma de aerosol o polvo seco, se usan para llevar el medicamento a los pulmones. Los niños pueden necesitar usar un espaciador con sus inhaladores. Un espaciador es un tubo especial que se conecta directamente a un inhalador para ayudar a mejorar la administración del medicamento.
- **Nebulizador:** Un nebulizador es una pequeña máquina que convierte el medicamento líquido en un rocío, administrado a través de un tubo y una máscara, que puede usarse para proporcionar un broncodilatador o un esteroide a los pulmones.



Ambos dispositivos funcionan bien con las instrucciones adecuadas y el uso varía según el seguro y las preferencias del paciente.

Continúa en la página siguiente

¿Cuándo es necesario un tratamiento adicional?

Una parte esencial en el manejo del asma es aprender a reconocer las señales que indican que la situación está empeorando. Si su niño o adolescente tiene síntomas de asma que empeoran, su alergista puede ajustar su plan de tratamiento. Los signos comunes de un ataque o de asma mal controlada incluyen:

- Incapacidad para realizar las actividades cotidianas.
- Tos excesiva con o sin sibilancias.
- Necesitar el inhalador de alivio rápido más de dos veces por semana.
- Incapacidad para dormir debido a tos o sensación de opresión en el pecho.
- Tos persistente que no desaparece.

Algunos niños, a pesar de tomar medicamentos para el asma, necesitan más terapia. Su alergista puede prescribir terapia adicional para mejorar el asma de su hijo, lo que puede incluir:

- **Biológicas:** Las terapias biológicas tratan células y proteínas inflamatorias específicas involucradas en la inflamación del asma. Han demostrado disminuir el número de ataques de asma y mejorar la calidad de vida. Su alergista puede realizarle pruebas para determinar si se beneficiaría con una terapia biológica y cuál es la más adecuada.

Lista de verificación de asma

Existen pasos simples que puede tomar para mejorar el control del asma de su hijo, además de los medicamentos:

- Reduzca la exposición a desencadenantes de alergias como moho, ácaros del polvo, caspa de mascotas y polen.

- Mantenga a su hijo alejado del humo del tabaco.
- Informe a su alergista sobre otras afecciones médicas que tenga.
- Aprenda la técnica correcta para usar inhaladores o nebulizadores.
- Hable con su alergista sobre un plan de acción personalizado para el asma para aprender cómo cuidar el asma de su hijo.
- Busque la ayuda de su alergista si le parece difícil o inconveniente darle el medicamento recetado o si su hijo no quiere tomarlo.
- Siga con los medicamentos como se les indicaron, aún si su hijo se siente mejor.
- Organice y realice consultas regulares con su alergista.

Para saber más sobre el asma pediátrico, visite www.acaai.org.

