

El asma es una enfermedad pulmonar crónica. Puede ayudar a controlar su asma elaborando un Plan de Acción para el Asma.



La FDA fomenta la diversidad de participación en los ensayos clínicos.

Si cree que un ensayo clínico puede ser adecuado para usted, hable con su proveedor de atención médica.

También puede buscar ensayos clínicos en su área en www.clinicaltrials.gov.

PARA MÁS INFORMACIÓN

 www.fda.gov/healthequity

 healthequity@fda.hhs.gov

 1-888-INFO-FDA
(1-888-463-6332)

 @FDAHealthEquity



PASOS PARA CONTROLAR SU ASMA



Oficina de Salud de las Minorías y Equidad en la Salud





¿Qué es el asma?

El asma es una enfermedad pulmonar crónica que hace que las vías respiratorias se inflamen y se estrechen. Los síntomas incluyen tos, sibilancia, opresión en el pecho y falta de aliento. Estos síntomas pueden ser leves o graves

Algunos desencadenantes para el asma son:

- Polvo
- Moho
- Polen
- Contaminación del aire
- Humo de tabaco
- Caspa de las mascotas (piel o pelo de animales)
- Olores fuertes como los perfumes o colonia
- Enfermedades respiratorias como el resfriado o la gripe



¿Cómo se trata el asma?

El asma no controlada puede provocar daños a largo plazo en los pulmones y las vías respiratorias, hospitalizaciones y visitas a la sala de urgencias, y pérdida de días de clase. Por eso es importante consultar con su proveedor de atención médica para determinar qué medicamentos son adecuados para su asma y cómo utilizarlos.

Hay dos tipos de medicamentos para el asma: de alivio rápido y de control a largo plazo. Estos medicamentos pueden tomarse por vía oral, inhalarse o inyectarse. Actúan abriendo las vías respiratorias y los pulmones, relajando los músculos o reduciendo la inflamación para que sea más fácil respirar.



Los medicamentos de alivio rápido o de rescate ayudan a prevenir o aliviar los síntomas durante un ataque de asma. Los medicamentos de alivio rápido más comunes se administran mediante un inhalador. El medicamento se inhala (se respira) a través de este dispositivo, lo que permite que actúe rápidamente al ir directamente a las vías respiratorias. Debe llevar el inhalador consigo en todo momento.

En algunos casos, los medicamentos de alivio rápido pueden utilizarse según sea necesario para tratar el asma que es leve o que sólo se produce con el ejercicio.

Los medicamentos de control a largo plazo se toman todos los días para controlar los síntomas del asma y prevenir las crisis asmáticas. Tome sus medicamentos de control a largo plazo incluso cuando no tenga síntomas.



¿Qué es un Plan de Acción para el Asma?

Un paso importante del tratamiento es desarrollar un Plan de Acción para el Asma (PAA) con su proveedor de atención médica. Un PAA incluye información para ayudarlo a controlar el asma, como por ejemplo:

- Los desencadenantes del asma
- Vigilar sus síntomas para saber si están empeorando
- Los nombres específicos de cada medicamento para el asma y cuándo debe tomarlos según los síntomas
- Síntomas que necesitan atención médica urgente
- Números de teléfono de un contacto de emergencia, un proveedor de atención médica y de los hospitales locales

