

## ¿SE PUEDE PREVENIR EL ASMA EN LOS NIÑOS?

El asma no se puede prevenir. Usted puede limitar la exposición de su hijo a las cosas que causan el asma, especialmente en los primeros años de vida:

- ¡No fumando en el hogar!
- Manteniendo la limpieza del hogar.
- Manteniendo a los perros y gatos fuera de la habitación de su hijo.
- Amamantando a los lactantes tanto tiempo como sea posible.

La leche materna es más sana que la leche en polvo y puede demorar o prevenir las alergias de asma.

## EL ASMA SE PUEDE TRATAR Y CONTROLAR

Si piensa que su hijo tiene asma, por favor consulte a su doctor. Usted controla su asma manteniéndose alejado de los desencadenantes del asma y también tomando medicamentos según le haya explicado su doctor. Tome únicamente medicamentos que su doctor le haya recetado.

Para más información sobre asma en Internet, por favor visite:

[www.cdc.gov/asthma](http://www.cdc.gov/asthma)

[www.lungusa.com](http://www.lungusa.com)



*La información para este folleto fue adaptada de los materiales desarrollados por:*

*Centers for Disease Control*

*The American Lung Association*

*The Office of Minority Health*

*The American Academy of Family Physicians*

*New York State Department of Health*

*Este folleto fue desarrollado con el financiamiento de la Oficina de Reasentamiento de Refugiados del Departamento de Salud y Servicios Humanos.*

### INFORMACIÓN DE CONTACTO:

[riht@uscridc.org](mailto:riht@uscridc.org)

**U.S. Committee for Refugees and Immigrants (Comité para Refugiados e Inmigrantes de los EE.UU.)**

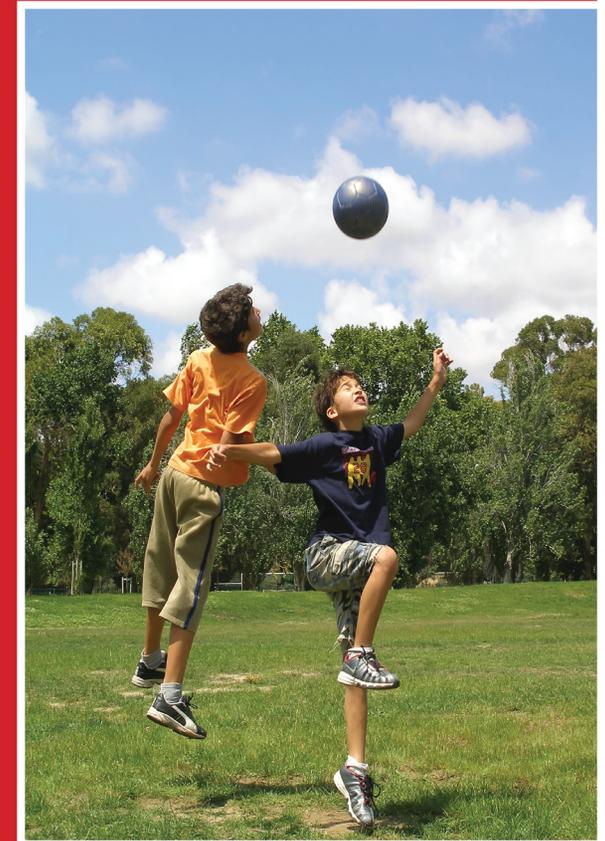
1717 Massachusetts Ave., NW  
Suite 200

Washington, DC 20036

Teléfono: 202 • 347 • 3507

Fax: 202 • 347 • 7177

[www.refugees.org](http://www.refugees.org)



**¿Qué es el asma?  
What Is Asthma?  
(Spanish)**



[www.refugees.org](http://www.refugees.org)

*Protecting Refugees, Serving Immigrants,  
Upholding Freedom since 1911*

## ¿QUÉ ES EL ASMA?

El asma es una enfermedad que dificulta la respiración. En nuestros cuerpos hay tubos que transportan el aire a los pulmones. El asma ocasiona que estos tubos se inflamen, dificultando así la respiración. No hay cura para el asma, pero se puede tratar con medicamentos y algunas veces se puede prevenir.

## EL ASMA ES DIFERENTE A LOS RESFRIADOS, LA GRIPE, BRONQUITIS Y NEUMONÍA

El asma no es causada por un virus ni se puede transmitir de persona a persona. No hay cura para el asma, pero hay medicamentos que pueden ayudar a prevenir o tratar los ataques de asma.

## ¿QUÉ CAUSA EL ASMA?

Las causas del asma son diferentes de una persona a otra. Las causas más comunes del asma son:

- polvo,
- polen,
- pelo de mascotas,
- cucarachas,
- frío,
- contaminantes del aire como el humo del tabaco, los gases del escape del vehículo,

- productos de limpieza y perfumes
- enfermedad,
- clima frío y ventoso, y
- ejercicio riguroso o exigente (esto no significa que las personas con asma no puedan hacer ejercicio).

## SÍNTOMAS DEL ASMA

Algunas veces, el asma se presenta de repente, dificultando la respiración. Esto se conoce como un ataque. Si

su hijo tiene alguno de los siguientes problemas, podría padecer de asma:

- ruido sibilante al respirar,
- respiraciones cortas,
- sensación de opresión en el pecho o
- tos por la noche o por la mañana.

