

Control del asma infantil

Los niños pueden desarrollar asma a cualquier edad. De hecho es muy común.

“Nuestra hija Kendyll tiene ocho años de edad y ella tiene asma.”

“Es testaruda, eso lo heredó de su mamá y de mi. Tiene una voluntad fuerte. Si algo le entra en la mente, lo va a hacer.”

Kendyll Kloskowski se enteró que tenía asma hace cuatro años. Su papá también tiene asma. Pero Kendyll y sus padres controlan su asma por medio de un plan de acción...

“Su plan de acción para el asma significa todo para ella. Si no lo seguimos al pie de la letra, termina en el hospital. Lo formularon solo para ella en base a experiencias previas y como reacciona a las medicinas. Si empieza a tener problemas y no seguimos su plan de acción, podemos garantizar una ida al hospital.”

Tu doctor ayuda a crear un plan de acción exclusivo para ti, dependiendo de lo que te detona el asma. Tus detonantes pueden ser distintos a los de otros niños con asma. Pueden incluir aire sucio, sustancias químicas, cambios de clima, humo, polvo, estrés, o para algunos niños, ejercicio duro.

Tu plan de acción también va a explicar cuáles medicinas debes tomar, cuando debes tomarlas y cuánto debes tomar. Y cada persona que tiene asma tiene su propio plan de acción.

*“El objetivo general para un niño que tenga asma es asegurarse que hacen todo lo que quieran hacer. Pueden correr y jugar como cualquier otro niño normal...
...eliminar cualquier tos que tenga. Y en específico, asegurarse que toleran los catarrros, estar cerca de los detonantes sin enfermarse demasiado o necesitar muchas medicinas.”*

Es posible que tu plan sea como un semáforo, con tres secciones: verde, amarillo y rojo.

“La zona verde es generalmente cuando tomas las medicinas regulares todo el tiempo, ya sea si estás sano o enfermo.”

“La zona amarilla es específicamente cuando usamos las medicinas de rescate. Es lo que debes hacer cuando estás expuesto a un detonante o tienes síntomas cuando estás enfermo”

“La zona roja incluye lo que debes hacer si tienes un ataque severo de asma.”

Algunos niños usan inhaladores para respirar la medicina para el asma y que llegue a sus pulmones. Otros toman pastillas. Tu doctor va a ayudar a que tú y tus padres decidan lo que es mejor para ti. Todo está incluido en tu plan de acción para el asma.

“Deben compartir el plan con cualquier persona que esté con el niño, o cuando pudieran estar en contacto con los detonantes. Cualquier persona que vaya a cuidar al niño, babysitters, abuelos, cualquier otra persona con la que pueda pasar el fin de semana. Debe asegurarse que el plan está en los dos hogares, si comparte dos hogares.”

Control del asma infantil

Para poder estar alejado de los detonantes, tal vez se deban hacer algunos cambios en casa:

- Limpiar cualquier moho que haya en la casa
- Aspirar y sacudir regularmente
- Limitar el contacto que tiene con mascotas o
- Evitar olores fuertes
- Los ácaros de polvo pueden ser otro problema en casa, pero se puede solucionar fácilmente...

“Debe enseñarles cómo se usan las cubiertas contra los ácaros en los colchones y almohadas. La mayoría de las persona asmáticas van a reaccionar a los ácaros de polvo.”

Si sigues tu plan de acción para el asma te va a ayudar a controlarla... y hacer lo que quieras hacer en tu vida!

“Tienen que poder decirles a las personas, sabes, necesito tomar mi medicina. Pero pueden ser atletas profesionales. Pueden cantar. Pueden ser Chefs, Pueden ser lo que quieran ser, si toman sus medicinas”

“Mis sueños y esperanzas son que Kendyll logre todo lo que quiere sacarle a la vida. Es una soñadora... no quiero que el asma la limite ni obstaculice que logre todo.”