



Factores desencadenantes del asma



Descripción general

El asma es una enfermedad de los pulmones que puede hacer que le resulte difícil respirar. Los síntomas del asma pueden empeorar cuando usted se expone a ciertas cosas en el medio ambiente. A estas se les llama factores desencadenantes del asma y las mismas pueden variar de persona en persona.

Animales domésticos

Las mascotas peludas son un problema común y serio para muchas personas. Los alérgenos liberados por la piel y la saliva de los gatos y los perros son transportados por el aire y se diseminan por toda la casa. Estos alérgenos se adhieren a las cortinas, las alfombras y la ropa. Estas partículas microscópicas entran fácilmente en su cuerpo al respirar.

En el hogar

En el hogar pueden encontrarse muchos otros desencadenantes. Los ácaros del polvo y las cucarachas también producen alérgenos que pueden desencadenar un ataque de asma. Las esporas del moho son también otro factor desencadenante. Y el humo de tabaco, que es malo para todos, lo es particularmente, para la gente que tiene asma.

Al aire libre

Entre los desencadenantes comunes en el aire libre se encuentran, la contaminación ambiental, el humo de la madera o el pasto al quemarse y el polen. El clima también puede ser un factor. El aire frío y seco, el alto nivel de humedad y los cambios repentinos del tiempo pueden hacer que el asma empeore.

En el trabajo

El lugar de trabajo también puede ser una fuente de factores desencadenantes del asma. Los trabajadores pueden estar expuestos a vapores químicos, polvos de harinas o granos, plumas de aves de corral o aserrín. Todos estos pueden irritar los pulmones.

Otros desencadenantes

Otros factores desencadenantes pueden incluir los perfumes fuertes, y las enfermedades tales como los resfríos o la gripe. El ejercicio físico y las emociones fuertes también pueden desencadenar un ataque de asma. Al aprender a reconocer y evitar sus desencadenantes específicos, usted puede disminuir las probabilidades de experimentar los síntomas del asma.

© 2014 Swarm Interactive. La duplicación no autorizada está estrictamente prohibida.