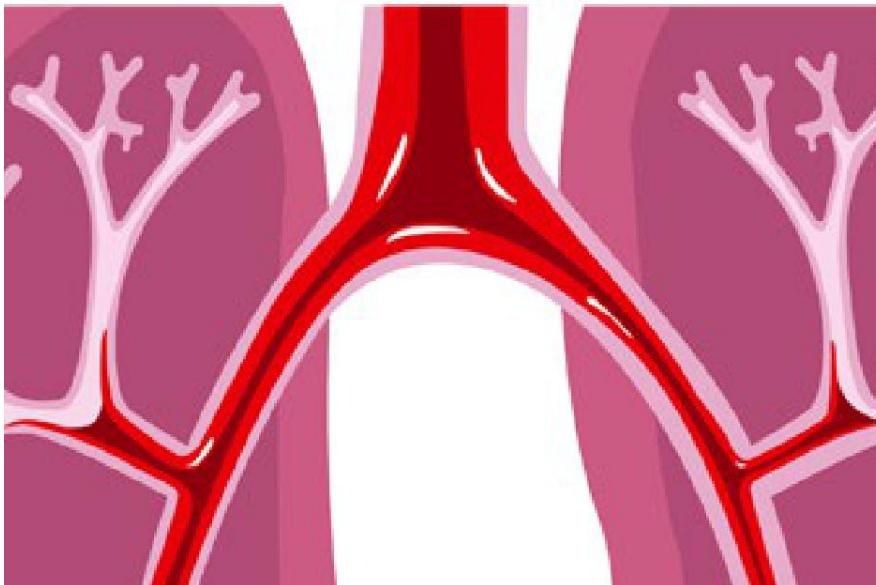
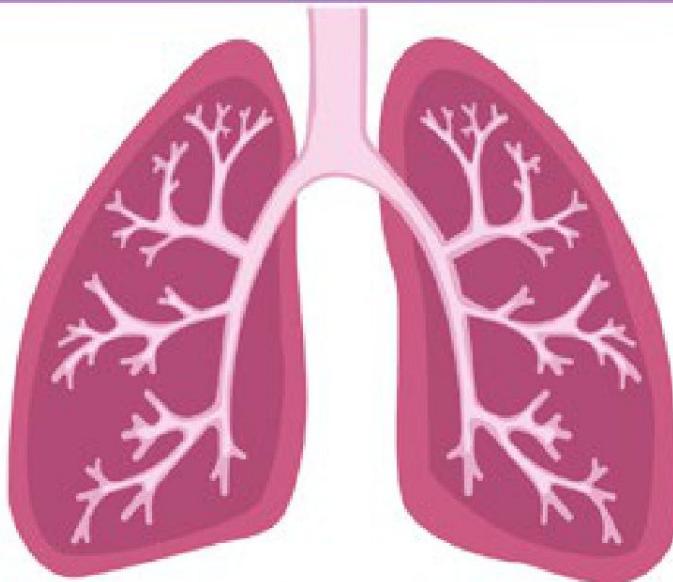
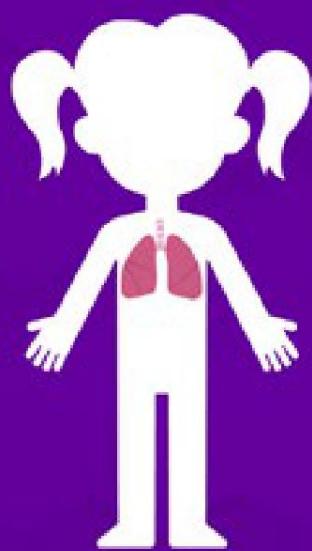




Mira el video

## Ahma



### Descripción general

A veces tienes dificultad para respirar. Sientes que no puedes obtener suficiente aire, incluso cuando te esfuerzas al máximo. El médico dice que tienes "asma". Aprendamos más acerca de esto.

### Tus vías respiratorias

El asma es un problema en tus vías respiratorias. Estos son los conductos que llevan el aire a tus pulmones. Con el asma, a veces tus vías respiratorias se inflaman por dentro. Se estrechan mucho. Esto hace que al aire le cueste pasar a través de ellas.

### Dificultad para respirar

Los niños que tienen asma pueden respirar bien la mayor parte del tiempo. Pero cuando el asma comienza a manifestarse, la respiración se dificulta. Muchos niños dicen que el asma hace que les resulte muy difícil expulsar el aire. Y es posible que escuches un sonido al que llamamos "sibilancias". Cuando el asma se presenta repentinamente, decimos que estás teniendo un "ataque de asma".

### ¿Por qué sucede?

¿Qué hace que se produzca un ataque de asma? Bueno, esto les sucede a diferentes niños, por diferentes razones. Puede producirse cuando se corre y se juega al aire libre y hace frío. Puede ocurrir cuando se está alrededor de cosas a las que uno es alérgico, como las mascotas o los árboles. Tu asma puede presentarse incluso cuando tienes malestar o estás estresado. Hay muchas causas.

### ¿Cómo lo tratamos?

¿Cómo podemos mejorar el asma? Bueno, puedes mantenerte alejado de las cosas que desencadenan tus ataques de asma. Tu médico puede darte algún medicamento para ayudarte a respirar con más facilidad. Y, tu médico puede mostrarte cómo evaluar tu respiración para que puedas estar atento a cualquier problema. Si haces lo que el médico dice, puedes mantenerte seguro y sano.