

## **Asma, una enfermedad en aumento**

En el mundo 300 millones de personas padecen asma y en Uruguay esta enfermedad afecta a un 20% de los niños y a un 15% de los adolescentes. Y su prevalencia va en aumento.

Cuando los síntomas son minimizados se retarda la consulta, el diagnóstico y el tratamiento adecuado.

El asma es una enfermedad alérgica, atópica, determinada por inmunoglobulina E en un alto porcentaje de pacientes. La atopia es la posibilidad de sensibilizarse a los diferentes alérgenos como son: alimentos, ácaros del polvo doméstico, epitelios de animales, hongos, y pólenes, que provocan una reacción de tipo alérgico cuando se está en contacto con ellos.

También influyen la contaminación externa, las infecciones, el tabaquismo, los aerosoles y las temperaturas extremas.

De acuerdo con la clasificación GINA (GLOBAL INITIATIVE FOR ASTHMA) el asma puede ser intermitente, leve, moderada o severa según el número de crisis bronco-obstructivas e internaciones, y controlada y no controlada de acuerdo con los síntomas que percibe el paciente.

Su tratamiento adecuado consiste en control ambiental, uso de inhaladores preventivos: Fluticasona o Budesonida y de crisis: Salbutamol, Inmunoterapia a largo plazo y practicar deportes como parte del tratamiento.

### **El compromiso del médico consiste en:**

Diagnóstico correcto

Tratamiento correcto

Normas escritas del manejo de la enfermedad y exacerbaciones

Programas de asma que eduquen al paciente y su familia

Buen uso de las guías de asma (GINA)

### **Cinco pasos para mejorar el control del asma son**

1. Pide a tu médico un tratamiento personalizado y por escrito para el control de tu asma
2. Toma los medicamentos prescritos por tu médico

3. Evita los factores que pueden desencadenar las crisis de asma
4. Aprende a reconocer los síntomas de la crisis asmática.
5. Conoce lo que debes hacer en caso de una crisis de asma

El lema del Día Mundial del Asma es sensibilizar en el auto manejo de la enfermedad, evitando complicaciones y permitiendo una buena calidad de vida.

Es importante tenerlo presente: Tú puedes controlar tu asma.

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

Dra. Marilyn Valentin