

# El manejo del asma



*La maestra preescolar de Carlos nota que el niño a menudo pierde las clases por tener resfríos. Cuando Carlos juega duro, ella escucha un sonido parecido a un silbido en su aliento. ¿Puede ser que padezca de asma? El asma ocasiona que las vías respiratorias se hinchen, se estrechen y se llenen de mucosidad. Los episodios graves de asma pueden poner en peligro la vida.*



## ¿Cuáles son las señales de alerta del asma en niños pequeños?

- Tos frecuente, la falta de aliento o las quejas de una sensación de estrechamiento en el pecho
- Resfríos acompañados de constipación del pecho, o resfríos que el niño parece padecer durante más tiempo que los de otros niños
- La tos o el silbido cuando el niño juega duro, se ríe o tiene un berrinche
- La incapacidad de correr o jugar al mismo ritmo que los compañeros a causa de la dificultad para respirar



## ¿Qué factores pueden provocar un episodio de asma?

Aunque se desconoce la causa del asma, algunos episodios de síntomas son provocados por:

- El humo, el polvo o la contaminación del aire
- Alergias, incluyendo a mascotas, polen, moho, hierba, ácaros de polvo y cucarachas
- Los olores fuertes, como los vapores de pintura, productos de limpieza y perfumes
- Cambios de temperatura, y especialmente la exposición al aire frío
- El ejercicio o emociones intensas
- Las infecciones respiratorias, como los resfríos



## ¿Qué responsabilidades tiene el maestro?

Si un maestro sospecha un caso de asma, puede alentar a los padres a que se pongan en contacto con el proveedor de atención médica de su hijo. Para cada niño que tiene un historial de asma, los maestros y cuidadores pueden dar los siguientes pasos:

- Obtener el plan de acción para el asma del niño, preparado por sus padres y su proveedor de atención médica
- Ayudar al niño a evitar las cosas que se sabe que provocan los síntomas
- Mantenerse tranquilo durante los episodios de síntomas leves, y utilizar rápidamente los aparatos o medicamentos necesarios
- Asegurarse de que el niño utilice su inhalador para emergencias o nebulizador cuando manifiestan los síntomas de advertencia del asma



## ¿Cómo pueden saber los maestros si un niño necesita atención de emergencias?

Llame al número 911 y al padre, la madre o el tutor legal si un niño:

- Tiene síntomas de esforzarse por respirar, como la extensión de las narices, o tiene la piel estirada hacia dentro de su cuello o costillas cuando respira
- No puede caminar ni hablar fácilmente
- Tiene los labios o las uñas de color azul o gris

*Las opiniones, recursos y referencias ofrecidos en esta Página de Consejos se presentan únicamente con el propósito de informar. Nada en esta Página de Consejos debe considerarse ni utilizarse como sustituto del consejo médico, el diagnóstico o el tratamiento. Aconsejamos que los padres busquen el consejo de un médico u otro proveedor calificado de atención médica respecto a preguntas sobre la salud o las condiciones médicas de su hijo.*



Esta Página de consejos se produjo en colaboración con Center for Food Allergy & Asthma Research (CFAAR, o Centro para Investigación de Alergias Alimentarias y Asma) en Northwestern University: [cfaar.northwestern.edu](http://cfaar.northwestern.edu)

English Title: Asthma: Easing the Wheezing



13 Children's Research Center  
University of Illinois at Urbana-Champaign  
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469  
Telephone: 217-333-1386  
Toll-free: 877-275-3227  
E-mail: [iel@illinois.edu](mailto:iel@illinois.edu)  
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois  
State Board of  
Education