



**Por la Dra. Patricia Téllez Girón**  
*Catedrática de la Universidad de Wisconsin,  
Departamento de Medicina familiar,  
Clínica Wingra.*

## Consejos de la Doctora Patricia

# ¡Ay que tosecita!

**Desde hace un tiempo mi hijo tose mucho, sobretodo en la noche. Estoy preocupada de que pueda tener Asma ¿Qué puedo hacer?**

Señora, su instinto de madre puede ser correcto. Una de las manifestaciones posibles y algunas veces única del Asma, es la tos crónica y/o nocturna en los niños.

El Asma es una enfermedad que afecta las vías respiratorias, particularmente los pulmones.

Nuestros pulmones están compuestos por muchos tubitos (bronquios) que permiten el transporte del aire dentro y fuera de nuestros pulmones, llevando oxígeno a nuestra sangre. El Asma afecta a estos tubitos (bronquios) haciendo que se cierren y no permitan el paso del aire, impidiendo así el paso del oxígeno e interfiriendo con funciones vitales en nuestro cuerpo.

El Asma pertenece a la familia de las enfermedades llamadas "alérgicas". Nuestro cuerpo reacciona de manera exagerada a alguna cosa, probablemente en el exterior, provocando una irritación e inflamación de los bronquios.

No se ha determinado exactamente que causa el Asma, pero si se ha podido determinar que hay ciertas cosas (factores de riesgo), que ponen a una persona a mayor riesgo de desarrollar Asma –

- Historia familiar de Asma
- Historia de alergias de la nariz u ojos
- Historia de problemas alérgicos de la piel (Eczema)

El Asma es, la mayoría de las veces, un problema crónico de salud, es decir que no se cura, solamente se controla.

El Asma se puede presentar con una variedad de síntomas, algunos muy específicos como dificultad para respirar, pero también con otros síntomas como –

- Tos crónica que parece más fuerte en las noches
- Dificultad para respirar al hacer ejercicio
- Chiflidos en los pulmones
- Presión en el pecho

Manifestaciones de otras enfermedades que predisponen al Asma –

- Moqueo continuo
- Estornudos frecuentes
- Comezón en la nariz u ojos
- Problemas de la piel (Eczema)

Existen algunas pruebas que pueden realizarse para diagnosticar el Asma. El diagnóstico depende mayormente de analizar los síntomas, ver con que frecuencia ocurren, en que circunstancias ocurren, si existen otros síntomas que puedan representar algún otro padecimiento que no es Asma, si hay historia de algún factor de riesgo, etc.

**Continúa en la siguiente página.**

## Consejos de la Doctora Patricia

### NUESTRA SALUD

Unity Health Insurance y UW Health, con el apoyo del Consejo Latino de la Salud, le recuerda que sintonice el programa de radio Nuestra Salud.

Nuestra Salud el primer lunes de cada mes de 9 a.m. a 11 a.m. en WLMV La Movida 1480AM.

Conozca más visitando [unityhealth.com/es/nuestra-salud](http://unityhealth.com/es/nuestra-salud)

El Asma puede presentarse en diferentes niveles de gravedad, dependiendo de la intensidad y la frecuencia en que se presenten los síntomas. Se clasifica en –

- Leve, si los síntomas se presentan con poca frecuencia y no necesitan medicamentos cada día para controlarla.
- Moderada, si los síntomas se presentan con una frecuencia moderada y requieren medicamentos cada día para controlarla.
- Severa, si los síntomas se presentan más frecuentemente a pesar de usar y requerir múltiples medicamentos para controlarlos.

También existe otro tipo de Asma que se llama “Asma inducida por el ejercicio”. Como su nombre lo dice, los pacientes que sufren de este tipo de Asma presentan síntomas solo cuando tienen una actividad física mayor de lo usual.

Mucha gente ignora esto y no pone atención a estos síntomas, creyendo que solo se trata de falta de condición física.

Actualmente hay muchos medicamentos muy efectivos para tratar el Asma. Es de suma importancia que, si usted sospecha que su hijo/a o familiar pudiera tener Asma, lo lleve a ser examinado por un Doctor/a. Si el Asma no se identifica y trata a tiempo, puede tener muchos problemas de salud, y en algunos casos se puede sufrir de ataques de Asma muy graves que pueden causar la muerte en cuestión de minutos.

Es muy importante que si ya le han dicho que usted o su familiar tienen Asma, aprenda cómo llevar un tratamiento, cómo detectar si está empeorando, qué cosas puede evitar para tener un mejor control de su Asma y que visite a su Doctor/a regularmente.

**Recuerde, no solo diga ¡Ay que tosecita! póngale atención y acuda a un Doctor/a.**