

ASMA

# OBJETIVOS

## GENERAL

- ❖ Dar a conocer a que es el asma a la poblacion adulta.

## ESPECÍFICOS

- Enseñar a la población cuales son lo síntomas que una persona presenta en un ataque de asma.
- Dar aconocer que factores inducen a la complicacion de los sintomas del asma
- Dar a conocer cuales son los cuidados que se deben realizar para mejorar la calidad de vida de la persona que padece asma.

# INTRODUCCIÓN

En México se estima que el asma afecta entre un 5 a 12% de la población y supone una carga para los sistemas de salud.

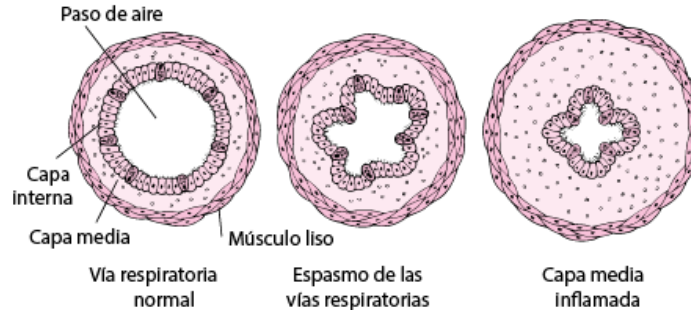
También afecta la parte social del individuo puesto que trae consigo alteraciones en su vida diaria.

Sumando a eso esta enfermedad a pesar del creciente conocimiento que se tiene de esta no se ha encontrado una causa específica de este y tampoco una cura, aunque si presenta un tratamiento que mantiene la enfermedad controlada en la gran mayoría de los casos



## ¿QUE ES EL ASMA?

- El asma es una enfermedad crónica pulmonar que es causa dificultad al respirar.
- Durante un ataque de asma las paredes de las vías respiratorias se inflama, lo que provoca un estrechamiento en estas, que tiene como consecuencia una disminución del flujo de aire que ingresa y sale de los pulmones.



## SÍNTOMAS CLÍNICOS

### TOS

Es el síntoma más frecuente y persistente, suele ser seca e irritativa, se presenta más frecuentemente durante el día (usualmente incrementada con el ejercicio o al exponerse a irritantes ambientales o alérgenos).

### SIBILANCIAS

Un de los síntomas más característicos pero no indispensables para hacer diagnóstico de asma, se producen al exhalar.

### DISNEA

Se presenta de forma episódica y variable, normalmente está relacionada con la intensidad del cuadro y acompaña al resto de los síntomas. Usualmente se presenta en forma tardía y es un indicador de gravedad.

### OPRESIÓN EN EL PECHO



## Factores a considerar

La manifestación de los ataques, se vera afectada por el entorno en el que se presente la persona, teniendo como desencadenantes comunes:

**Animales (casha o pelaje de mascotas)**

**Ácaros del polvo, Moho, Polen.**

**Medicamentos como los otros AINE.**

**Cambios en el clima**

**Ciertos tipo de químicos**

**Actividad física**

**Infecciones respiratorias**

**Emociones fuertes (estrés)**

**Humo del tabaco**

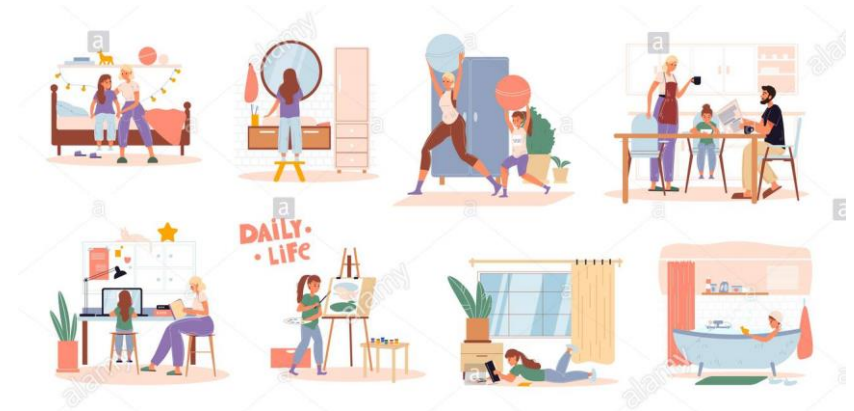


## Efectos del asma

El asma trae como consecuencia cambios en la vida diaria tanto de las personas que lo presentan como de las personas allegadas a esta

Algunos de estos cambios son:

- ❖ Disminución de la actividad laboral
- ❖ dificultad para conciliar el sueño
- ❖ Realizar actividades que requieran mucho esfuerzo.



## Cuidados

Puede disminuir los síntomas de asma evitando los desencadenantes y las sustancias que irritan las vías respiratorias.

- **Cubra las camas con fundas a prueba de alergias reducir en contacto con ácaros de polvo.**
- **Evite vapores irritantes.**
- **Evitar el uso de medicamentos no indicados por su medico**
- **Quite los tapetes de las alcobas y aspire regularmente**
- **No consumir tabaco.**
- **Use materiales de limpieza sin fragancia**
- **Evitar largos periodos con animales.**



## propuesta

- Educará a la comunidad a través de actividades como la realización de conferencias.
- Realizar spots.
- Talleres para el cuidado del asma.

## conclusión

Es necesario que las personas sepan como pueden cuidar y controlar los síntomas del asma, para así evitar el deterioro de la salud del individuo y así junto con un diagnóstico oportuno y el tratamiento adecuado minimizar sus malos resultados.