

¿Qué se considera un buen control del asma?

Cuando se comunica a unos padres que su hijo padece asma, pueden sentir una mezcla de muchas emociones distintas. Aunque se quedan tranquilos por saber cuál es la enfermedad de su hijo, se encuentran perdidos y no saben cuál es el siguiente paso a tomar.

La mayoría salen rápidamente a comprar depuradores de aire, humidificadores y ropa de cama especial con colchas antiácaros, sin saber tan siquiera cuáles son los factores desencadenantes del asma de su hijo. Son muchos los alérgenos que pueden ser causa de las reacciones, entre los que destacan:

- Pólenes
- Mohos
- Escamas cutáneas de origen animal
- Ácaros del polvo doméstico
- Deyecciones de cucarachas

El primer paso que debe tomar cualquier padre debe ser informarse sobre el asma. Preguntar a su alergólogo o inmunólogo sobre el asma y sobre cómo pueden ellos ayudar a reducir o eliminar de un modo eficaz los efectos que el asma produce en la salud de su hijo, es la mejor forma de entender la enfermedad.

Cuando los padres se preparan para enseñar a su hijo lo que es el asma, es necesario adoptar una postura abierta y sincera. No importa qué edad tenga su hijo, tanto si es un niño pequeño como si es un adolescente, aprenderá de la experiencia y de las consecuencias de no saber controlar su asma.

Recomendaciones a los padres

A continuación le presentamos una lista de consejos para enseñar a sus hijos cómo controlar su asma.

Menores de 2 años

- No comprenden mucho a esta edad pero les gusta jugar a interpretar papeles y pueden representar la aplicación del tratamiento con una muñeca o un peluche.
- Haga que el padre y el hijo pasen un buen rato a la hora de administrar el medicamento.

Niños en edad preescolar

- Les gustan las imágenes coloridas.
- Necesitan hablar con los padres sobre la función del flujómetro y encuentran palabras para describir sus síntomas.
- Los preescolares ayudan con la administración de los medicamentos, pero requieren una constante supervisión. Los niños de esta edad entienden que tienen pulmones y que los utilizan para respirar. Se dan cuenta de qué mascotas u otros desencadenantes son los que les producen los ataques, pero con frecuencia se expondrán a riesgos y desencadenantes si tienen opción.

Niños en edad escolar

- Responden bien ante fotos, vídeos, juegos, actividades manuales y aprendizaje en grupo.
- Son capaces de entender la función de los desencadenantes.
- Pueden utilizar el flujómetro y tomar los medicamentos bajo supervisión.
- Pueden avisar a los padres de cualquier síntoma previo del asma.
- Necesitan que se les permita jugar y participar en las actividades deportivas con sus compañeros.

Preadolescentes

- Hacen más caso a los compañeros y a los “compañeros idolatrados” y pueden no hacer caso a sus educadores.
- Necesitan comprender el asma de un modo global y saber cuáles son las consecuencias de no poder controlar la enfermedad.
- Los niños de esta edad son más independientes y prefieren tomar los medicamentos ellos solos, así como utilizar el flujómetro y observar el plan de control. Los padres deberían soltar un poco de cuerda, pero con un ojo encima.

Adolescentes

- Ven el tratamiento como una atadura que les quita independencia.
- No reconocen el peligro que entraña el asma mal controlado. Puede que sea necesaria en ciertos momentos la intervención de los padres.
- Los adolescentes hacen más caso a sus compañeros o compañeros idolatrados. Insista sobre personajes conocidos o celebridades que padezcan asma o anímele a participar en grupos de apoyo.
- Podría responder a los “contratos”, con todo lo que conllevan, sus recompensas y consecuencias, lo cual fomenta el cumplimiento de los programas de control o tratamiento del asma.

Tener un hijo con asma no tiene por qué ser el fin del mundo. Si usted se informa e informa a su hijo, vivir con asma parecerá un estilo de vida, más que una tarea pesada.

Si desea recibir información adicional sobre el asma o localizar a un alergólogo o inmunólogo en su zona, consulte la página web de la AAAAI, www.aaaai.org, o llame al Servicio de Información y Remisión de Pacientes (Physician Referral and Information Line) de la AAAAI al número (800) 822- 2762.