

HOJA INFORMATIVA

Mitos y realidades sobre el asma



Mito. Muchos creen que sólo tienen asma cuando les resulta difícil respirar. Creen que el asma aparece y desaparece de un día a otro o de una semana a otra.

Realidad. No. Los asmáticos sufren de asma todo el tiempo, incluso cuando no tienen síntomas. Cuando les resulta difícil respirar están sufriendo un ataque o crisis de asma. Esos días, el asma no está bajo control.

Mito. Muchos creen que el asma es un problema psicológico.

Realidad. No. Es un problema pulmonar. El asma es una enfermedad, un problema respiratorio de los pulmones. Los ataques de asma se producen cuando algo irrita los pulmones. El estrés puede agravar el asma pero no es la causa de la enfermedad.

Mito. Muchos creen que el asma es una enfermedad emocional, que las personas emocionales sufren de asma.

Realidad. No. Las emociones no causan el asma. Pero si se sufre de asma, el estrés o el llorar, gritar o reír violentamente puede desencadenar un ataque de asma.

Mito. Muchos creen que los asmáticos nunca pueden practicar deportes.

Realidad. No. Muchas estrellas del deporte sufren de asma. El secreto es conseguir un buen plan de medicación del médico para prevenir los ataques y evitar aquellas cosas que agravan el asma.

Mito. Algunas razas de perros, tales como los perros chihuahua, son mejores para los asmáticos.

Realidad. No. La proteína presente en la saliva, la caspa y la orina del animal es lo que causa el asma en algunos individuos. Como todos los perros tienen caspa, saliva y orina, no hay ninguna raza en particular mejor que otra para los asmáticos.

Mito. Los medicamentos que se inhalan, tales como los inhaladores, son peligrosos.

Realidad. No. Los medicamentos inhalados, tales como los corticoesteroides, son la manera más sana y eficaz de tratar el asma en la actualidad. Es más peligroso no usar los medicamentos para el asma como lo indica el médico.

Mito. La exposición continua a los animales domésticos disminuirá los ataques de asma.

Realidad. No. La exposición continua a los animales domésticos NO disminuirá los ataques de asma. Si le tiene alergia a los animales, la mejor manera de aliviar los síntomas es retirando al animal de su hogar.

Si tiene preguntas o desea más información, por favor comuníquese con el Programa de Asma del Departamento de Salud Pública del Estado de Connecticut:

Si tiene preguntas o desea más información, por favor comuníquese con el Programa de Asma del

**State of Connecticut Department of Public Health
Public Health Initiatives Branch, Asthma Program
410 Capitol Avenue, MS#11HLS, PO Box 340308
Hartford, CT 06134-0308**

Phone: (860) 509-8251, Fax: (860) 509-7854

<http://www.ct.gov/dph>