

¿Qué hacer para prevenir el asma?

- Dale pecho a tu bebe por lo menos durante los primeros seis meses de vida, eso va hacer que no se enferme.
- Que nadie fume dentro de la casa.
- Evita los cambios bruscos de temperatura.
- Evita estar en contacto con polvo, flores, animales, etc.
- No utilices medicinas o remedios sin indicación médica, ya que esta enfermedad es muy grave y pueden haber complicaciones y muerte.



- Recuerda es mejor prevenir que lamentar.
- Tu salud y la de los tuyos es primero.

¡Cada vez que acudas a la unidad de salud, no olvides llevar siempre tu Cartilla Nacional de Salud o la de tus hijos! Son gratuitas y son tu derecho.

Si tienes dudas o necesitas información
llama gratis al:
01 800 26 72583 - MI SALUD



VETE SANO, REGRESA SANO



ASMA BRONQUIAL



DIRECCIÓN GENERAL
DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

EL ABC DE LA SALUD DE LAS Y LOS MIGRANTES

¡Recuerda que donde quiera que te encuentres tienes derecho a recibir atención médica.

Lo más importante es tu salud

Información general:

¿Sabías que el asma bronquial es una enfermedad en la que los bronquios se inflaman, y esta inflamación no permite la entrada de aire a los pulmones y la persona asmática se está asfixiando (ahogando)?

El asma bronquial es una enfermedad que se presenta en todas las edades, pero es más frecuente en niños y niñas.

Factores de riesgo para tener asma:

- Que tengas algún pariente cercano con algún tipo de alergia.
- Que a las niñas y niños les hayan dado de comer alimentos diferentes a la leche materna antes de los cuatro meses de vida.
- Que estés o estén expuestos continuamente a polvo, polen de plantas, pelo o caspa de animales, alfombras, muñecos de peluche, etc.
- Convivir con fumadores,

Signos y síntomas:

La persona con asma bronquial puede necesitar de hospitalización, para darle medicamentos y oxígeno para ayudarle a respirar.

¡Si tú o alguien de la familia presenta cualquiera de las siguientes molestias:

- Tos
- Silbido en el pecho

- Respiración rápida y difícil
- Hundimiento de costillas
- Fatiga y falta de aire (jadeo)
- Labios y uñas morados
- Sensación de pecho apretado.

¡No esperes, acude a la unidad de salud más cercana!

¡Tu vida puede estar en peligro!

