



Niños y adolescentes con asma

¿Cómo puede ayudar?

El asma es una enfermedad que afecta las vías respiratorias en los pulmones y es una de las afecciones a largo plazo más comunes. El asma puede causar sibilancias, dificultad para respirar, opresión en el pecho y tos durante la noche o temprano por la mañana. Un episodio de asma puede ocurrir cuando una persona se expone a **desencadenantes del asma**, como el humo del tabaco, el moho (hongos), los ácaros del polvo, las cucarachas, las mascotas, las fragancias y el ejercicio.¹ Los resfriados y la influenza (gripe) también pueden causar el empeoramiento de los síntomas. Los síntomas del asma pueden controlarse al evitar los desencadenantes y tomar los medicamentos recetados por un proveedor de atención médica, si son necesarios. El asma que no está bien controlada puede ocasionar visitas a la sala de emergencias y posiblemente la hospitalización. También es la causa principal de días en que se falta a la escuela.² Las escuelas pueden apoyar a los estudiantes con asma al trabajar con sus familias y los proveedores de atención médica para ayudar al manejo médico del asma en la escuela. Los estudiantes saludables tienen más probabilidades de faltar menos a la escuela, sacar mejores calificaciones en las clases y mejores puntajes en los exámenes.³

Saber las respuestas de las siguientes preguntas puede ayudarlo a apoyar lo que está haciendo la escuela de su hijo para abordar el asma. Si no sabe las respuestas, consulte el manual de la escuela o su sitio web, asista a una reunión de bienestar escolar o a una reunión de la Asociación de Padres y Maestros (PTA, por sus siglas en inglés) o simplemente pregúntele al maestro de su hijo.

1. ¿Hay en la escuela una enfermera titulada de tiempo completo, en todo momento, o un centro de salud para ayudar a los estudiantes con afecciones crónicas o en casos de emergencia?
2. ¿Cómo identifica y comparte la escuela información confidencial sobre estudiantes con asma?
3. ¿Exige la escuela que en el archivo de cada estudiante con asma haya un plan de acción para el control del asma?⁴
4. ¿Permite la escuela que los estudiantes lleven consigo sus propios medicamentos, como un inhalador?
5. ¿Cuáles son los protocolos de la escuela si un estudiante presenta síntomas de asma en la escuela, en el autobús, en un paseo escolar, o en casos de un cierre de emergencia o “lockdown”?
6. ¿Están capacitados los otros miembros del personal escolar, como maestros, conductores de autobuses, y personal de servicios alimentarios, para reconocer y reaccionar ante un alumno que pudiera tener síntomas de asma?
7. ¿Cuál es la política sobre la participación del estudiante en actividades físicas (p. ej., durante el recreo o descansos con actividades en el aula) o en educación física en la escuela si tiene asma?
8. ¿Existe en la escuela o el distrito escolar una política de prevención del acoso escolar que desaliente este tipo de hostigamiento o que fomente la concientización sobre los estudiantes con afecciones crónicas y la lucha contra el estigma?
9. ¿Tiene la escuela o distrito escolar un **programa de gestión de la calidad del aire interior** para mejorar el ambiente escolar y reducir la exposición a los desencadenantes del asma?

¿Qué está pasando en la escuela?





Ideas para padres

Usted puede participar en la escuela de su hijo **asistiendo** a las reuniones, talleres o eventos de capacitación que allí se ofrezcan; **comunicándose** con el personal escolar y otros padres; **ofreciéndose como voluntario** para eventos escolares o en el aula de su hijo; **reforzando** los mensajes y las prácticas saludables que su hijo aprenda en la escuela; **ayudando** a tomar decisiones sobre la salud en la escuela; y **participando** en las actividades comunitarias apoyadas por la escuela. Estas son algunas ideas específicas sobre cómo puede apoyar lo que está haciendo la escuela de su hijo al abordar el asma.

- Muéstrese a favor de que haya en la escuela una enfermera titulada de tiempo completo.
- Mantenga una conversación continua con su hijo para hablar sobre sus desencadenantes del asma, sus sentimientos acerca de la enfermedad y si se siente seguro y apoyado en la escuela.⁵
- Colabore con el proveedor de salud de su hijo para establecer un plan de acción para el control del asma en la escuela y para completar a tiempo la información de los formularios escolares requeridos. Fomente la comunicación entre los servicios de salud escolar y el proveedor de atención médica de su hijo.
- Asegúrese de que la escuela tenga los medicamentos de emergencia para el asma de su hijo para que se puedan manejar los síntomas cuando esté en la escuela.
- Mantenga al día la información de contacto de emergencia que tengan la maestra, secretaria escolar y enfermera titulada.
- Hable con los maestros, consejeros y el personal de servicios de salud escolar sobre los desencadenantes del asma de su hijo y cualquier preocupación que tenga sobre cómo controlar los síntomas mientras esté en la escuela.
- Únase a grupos que se ocupan de abordar lo que es necesario para tener un entorno escolar saludable y que brinde apoyo, como la Asociación de Padres y Maestros, el comité de bienestar escolar o el consejo asesor de salud escolar.⁶
- Cuando sea posible, comparta sitios web o materiales impresos con información científica sobre el asma con los maestros, enfermeras y administradores (p. ej., <https://www.cdc.gov/healthyschools/asthma/index.htm>).
- Abogue por **políticas escolares favorables para el manejo del asma**.



Consulte recursos adicionales para padres relacionados con el entorno y los servicios de nutrición escolar, educación física y actividad física, así como con el manejo de las afecciones crónicas de salud en http://www.cdc.gov/healthyschools/parentsforhealthyschools/p4hs_esp.htm.

REFERENCIAS

1. Centers for Disease Control and Prevention. *Learn How to Control Asthma—Parents*. <https://www.cdc.gov/asthma/parents.html>. Accessed March 25, 2019.
2. Centers for Disease Control and Prevention. *Asthma and Schools*. <http://www.cdc.gov/healthyschools/asthma/index.htm>. Accessed March 25, 2019.
3. Centers for Disease Control and Prevention. *Health and Academic Achievement*. Atlanta: US Dept of Health and Human Services; 2014.
4. American Lung Association. *Creating an Asthma Action Plan*. <https://www.lung.org/lung-health-and-diseases/lung-disease-lookup/asthma/living-with-asthma/managing-asthma/create-an-asthma-action-plan.html>. Accessed March 25, 2019.
5. Centers for Disease Control and Prevention. *School Connectedness: Strategies for Increasing Protective Factors among Youth*. Atlanta: US Dept of Health and Human Services; 2009.
6. Centers for Disease Control and Prevention. *Parent Engagement: Strategies for Involving Parents in School Health*. Atlanta: US Dept of Health and Human Services; 2012.

