

El Asma y el Uso del Tabaco

¿Qué es el asma?

El asma afecta a los pulmones y causa episodios o ataques repetitivos de respiración con silbidos, falta de aliento, opresión en el pecho y tos. Aún no se sabe que causa el asma, pero los factores genéticos y ambientales pueden incrementar el riesgo de un episodio o ataque. Los factores que pueden causar un ataque de asma, también llamados provocadores incluyen a los alérgicos (tales como piel, pelos o plumas de las mascotas, partículas de polvo, mohos, polen y alergias a la comida), poluciones del aire, humo de tabaco de segunda mano, ejercicios, olores fuertes y el clima frío.

¿Quién tiene asma?

Cualquier persona puede tener asma. De hecho, el asma es una de las enfermedades crónicas más comunes en los Estados Unidos, que está afectando aproximadamente a 20 millones de personas. En Kentucky, aproximadamente uno de cada diez personas tiene asma.

El asma afecta a más de 6 millones de niños en los Estados Unidos. En Kentucky se ha estimado que alrededor de uno de cada diez niños tiene asma. 363,000 niños en Kentucky son expuestos al humo de tabaco de segunda mano en sus propios hogares, incrementando las posibilidades de que desarrollen asma.

¿Cómo afecta el fumar al asma?

Fumar mientras tiene asma

Una persona que tiene asma tiene vías respiratorias más sensibles a los provocadores de asma; el humo del cigarrillo incrementa la irritación y puede causar un ataque de asma. El humo de cigarrillos también daña a los pelos diminutos que se encuentran en las vías respiratorias, llamados Cilia, los cuales normalmente mantienen la vía respiratoria limpia. Como resultado, las personas con asma que fuman no tienen buen control del asma y podrían tener síntomas repetitivos.

Fumar durante el embarazo

Si una mujer embarazada tiene asma, fumar durante el embarazo puede incrementar los riesgos de la madre en tener un episodio o ataque de asma, lo cual disminuye el suministro de oxígeno al bebé. Adicionalmente, fumar durante el embarazo puede incrementar el riesgo del niño en desarrollar asma para la edad de cinco años, especialmente si ambos la mamá y la mamá de la mamá fumaron durante el embarazo.

Humo de Segunda Mano y el Asma

Investigaciones demuestran que no existe un nivel seguro para la exposición al humo de segunda mano. De hecho, el humo de segunda mano puede empeorar el asma y puede directamente causar un episodio o ataque de asma.

Los niños son más vulnerables al humo de segunda mano. Debido a que los niños tienen las vías respiratorias más pequeñas que los adultos, respiran más rápido y tienen más posibilidades de inhalar más químicos dañinos por cada libra de su peso que un adulto inhalaría en la misma cantidad de tiempo. Cualquier miembro del hogar que fuma y expone a los niños al humo de segunda mano incrementa el riesgo de que un niño desarrolle asma. Si un padre o guardián fuma, los niños van a requerir el uso frecuente de medicamentos para el asma, y existe un comienzo más precoz del asma entre los niños cuyos padres o guardianes fuman.

¿Qué Debo Hacer?

Si usted o su niño tienen asma la cosa más importante que puede hacer para usted y para su niño es dejar de fumar. Para información acerca de la cesación del tabaco, llame a la Línea para dejar el tabaco 1-800-QUIT-NOW para apoyo. También usted puede comunicarse con el coordinador de tabaco en su departamento de salud local para programas cerca de usted.

Para más información acerca del control y manejo del asma hable con su doctor o profesional del cuidado de salud.



1-800-QUIT NOW