

Cómo evitar el pico de asma en septiembre

Septiembre es el mes de mayor incidencia de ataques de asma en Estados Unidos. Durante este mes, las visitas a urgencias y las admisiones hospitalarias debido al asma suelen alcanzar sus niveles más altos, especialmente en los niños.

El **25%** de todas las hospitalizaciones por asma en niños ocurre en septiembre.

La tercera semana de septiembre = pico de asma.

13,8 MILLONES de días de clase perdidos al año debido al asma.



¿Por qué ocurre esto?

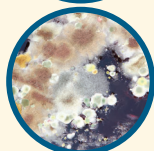
Cuando empiezan las clases, los niños con asma se exponen a más desencadenantes.



Virus respiratorios, incluida la gripe



Polen de ambrosía



Moho



Escape de diésel de los autobuses escolares



Químicos de los productos de limpieza utilizados en la escuela

¡9 maneras de mantener el asma de su hijo bien controlada en septiembre y más allá!

- 1 Programe una visita con el médico antes de septiembre para examinar el asma de su hijo.
- 2 Revise el plan de tratamiento del asma de su hijo con los profesores y la enfermera de la escuela.
- 3 Asegúrese de que los inhaladores de alivio rápido y de control para el asma no estén vencidos o a punto de vencer.
- 4 Haga que su hijo lleve consigo un inhalador de alivio rápido en la escuela, incluso si la escuela tiene inhaladores de emergencia disponibles.
- 5 Pida al personal de la escuela que reduzca la exposición a los desencadenantes del asma. ¿Pueden los maestros realizar las clases de educación física y el recreo en espacios cerrados? ¿Pueden mantener cerradas las ventanas de las salas de clases?
- 6 Pida a la administración de la escuela o al personal de limpieza que utilicen productos de limpieza y desinfectantes no tóxicos.
- 7 Lávese las manos con frecuencia para reducir el riesgo de contraer un resfriado o un virus.
- 8 Vacúnese contra la gripe y la COVID-19 para reducir el riesgo de contraer un virus respiratorio.
- 9 Consulte a un especialista en asma si los síntomas de su hijo no mejoran.