

Consejos para profesores: ¿Cómo manejar el asma en niños?

Para los padres, dejar a su hijo en la escuela por primera vez es muy importante: especialmente cuando su hijo tiene asma. **Todos los niños deberían poder disfrutar de la escuela** y participar en todas sus actividades, razón por la cual Philips compiló estos consejos para los profesores, ayudándolos a reconocer y contribuir al manejo del asma de un niño

¿Qué es asma?



El asma es una enfermedad crónica potencialmente grave, que causa un estrechamiento e inflamación de las vías respiratorias, causando dificultad para respirar a los que la sufren. Unos **334 millones de personas de todo el mundo padecen de asma**, y es considerada como la enfermedad más común en niños¹. Aunque actualmente no existe cura, un uso apropiado de los medicamentos efectivos puede aliviar los síntomas y evitar el riesgo de ataques de asma.

Es importante conocer qué niños en su clase han sido diagnosticados con asma, **y así estar alerta y preparado para cualquier problema que pueda surgir**. Organice una reunión con los padres para hablar sobre el plan de acción contra el asma de su hijo: esto es un plan escrito y personalizado diseñado por un profesional de la salud, que hace referencia a los factores desencadenantes que provocan que los síntomas de un niño empeoren y explica claramente qué hacer si experimentan esos síntomas.

Comprender

Los síntomas pueden diferir de un niño a otro, pero existen indicadores de que **un niño podría estar sufriendo un episodio de asma**. Éstos incluyen:



Dificultad para respirar; tos y silbidos en el pecho



Constante secreción nasal



Dificultad para realizar actividades físicas



Presión o dolor en el pecho, ansiedad



Somnolencia o cansancio

Comunicar

Hablar con los padres o tutores regularmente le ayudará a actuar de manera eficiente y apropiada. **Las preguntas clave son:**



¿Qué **factores normalmente** desencadenan el asma en su niño y **cuáles son sus síntomas?**



¿Cuáles son los **medicamentos que necesita** y cómo deben ser administrados?



¿Cómo puede hacerles saber si su hijo tiene **algún síntoma de asma en la escuela** o si ha utilizado su inhalador **durante el día?**



¿Cómo preferirían **obtener noticias** sobre el **asma de su hijo** en la escuela (por ejemplo, teléfono, correo electrónico, mensaje de texto)?



¿Qué hacer y cómo contactarlos durante **una emergencia?**

Los síntomas también pueden afectar la capacidad del niño para prestar atención y, cuando es grave, restringir su asistencia a la escuela. Debido a esto, es importante comunicarse con los padres para garantizar que los niños no se pierdan las etapas clave del aprendizaje.

Animar



Planifique **actividades divertidas y al aire libre** para que todos disfruten. Siempre y cuando su alumno esté tomando las precauciones adecuadas, tales como **medicación** y asegurándose de que la calidad del aire sea satisfactoria. Actividades tales como deportes podrían **animar a los enfermos de asma**.

Prevención



Cuando planifique actividades al aire libre, verifique las condiciones del aire exterior que pueden afectar a niños con asma, por ejemplo la concentración del polen. Existen aplicaciones móviles gratuitas que le permitirá verificar esto, como la **aplicación Air Matters de Philips**. Intente planificar actividades alternativas para aliviar los **síntomas de los pacientes**, asegurándose al mismo tiempo, de que no estén alineados a las de sus compañeros de clase.



Mantenga alejados a los alérgenos. Tiza de pizarras, ácaros del polvo, pelo de mascotas, los olores de las plumas y las pinturas **pueden ser un desencadenante**.



Mantenga las aulas **bien ventiladas** para que el aire fresco pueda circular. Un purificador de aire también es una forma efectiva de mejorar la calidad del aire en interiores, ya que **reduce los irritantes y alérgenos** que pueden desencadenar problemas de salud. Para habitaciones con aire acondicionado o calefacción, es importante **verificar con frecuencia el mantenimiento** del sistema. Un flujo de aire adecuado, filtración y el control de la humedad ayudará a que **no haya un problema con el aire interior**.

Lista de Control

Si un niño de su clase sufre un ataque de asma, **es importante actuar rápidamente y mantener la calma**. A continuación, hay cinco sugerencias para ayudarlo a manejar un ataque en el salón de clases:

1.



Consulte de inmediato el **plan de acción contra el asma** del niño

2.



Estar preparado para emergencias es importante, por lo que asegúrese de tener **un inhalador fácilmente accesible**.

3.



Informe a los padres o tutores **lo antes posible**

4.



Nunca deje al niño si supervisión de un adulto **hasta que se sienta mejor**

5.



Si los síntomas persisten y empeoran, busque **ayuda de un profesional de la salud**

Para obtener más información sobre el asma, comuníquese con su médico para obtener asesoramiento.

¹ <http://www.globalasthma-report.org/burden/burden.php>, 2014