



Boletín informativo de servicios de salud

EL ASMA

El asma es una enfermedad crónica importante entre niños y jóvenes de los Estados Unidos, con casi 7.1 millones de afectados menores de 18 años¹. Los niños que viven por debajo del nivel de pobreza, especialmente los niños del noreste, afroamericanos y portorriqueños, tienen tasas más altas de asma². Esta afección puede afectar el sueño, la capacidad de concentrarse, la memoria y la participación de un niño en las actividades del programa, y es una de las principales causas de las ausencias escolares. Los programas Head Start y Early Head Start pueden trabajar conjuntamente con proveedores de atención médica y con las familias para reducir la exposición a los desencadenantes, reconocer señales tempranas de advertencia, tratar de inmediato los síntomas del asma y prevenir episodios de asma.

Generalmente, las vías respiratorias a los pulmones están totalmente abiertas cuando respiramos, lo que permite que el aire entre y salga. Los niños que padecen asma tienen vías respiratorias muy sensibles que pueden inflamarse fácilmente. Durante un episodio de asma, los niños pequeños que padecen asma pueden toser, respirar con dificultad, experimentar dolor u opresión en el pecho, falta de aire y falta de energía. Estos síntomas se deben a la inflamación y la tensión de las vías respiratorias del sistema respiratorio.

El asma afecta a cada niño de manera diferente. Los desencadenantes de los episodios de asma, los signos y síntomas, el tratamiento necesario y la gravedad varían con cada niño. Algunos niños pueden tener episodios o “ataques” repetidos y necesitan tomar medicamentos a diario y que se adapten sus actividades, mientras que es posible que otros solo necesiten medicamentos durante un episodio de asma. El asma en los niños con frecuencia se caracteriza como “leve”, “moderado” o “grave”, pero puede que su gravedad sea constante, que varíe o que cambie con el paso del tiempo. El administrador de salud cumple una función fundamental en la implementación de un plan, a veces denominado Plan de acción para el control del asma, para garantizar que un niño que padece asma pueda participar con éxito en todas las actividades del programa. Además, el administrador de salud está involucrado de manera integral en la comunicación con la familia.



CONTENIDOS DE ESTA EDICIÓN

El asma.....	1
Desencadenantes.....	2
Cómo apoyar a los niños con asma.....	2
Qué puede hacer su programa.....	3
Plan de acción para el control del asma.....	3
Signos y síntomas.....	4
Recursos.....	5

1. American Lung Association *Asthma and Children Factsheet* <http://www.lung.org/lung-disease/asthma/resources/facts-and-figures/asthma-children-fact-sheet.html>

2. Centers for Disease Control and Prevention, *Breathing Easier*.

Desencadenantes

Un desencadenante es algo que causa síntomas de asma. Cada niño tiene su propio conjunto de desencadenantes. Cuando un programa los conoce, el personal puede trabajar para minimizar las probabilidades de exposición del niño a estos desencadenantes.

Los desencadenantes comunes incluyen los siguientes:

- Ácaros (presentes en alfombras, ropa, juguetes de peluche y artículos forrados con tela).
- Tabaquismo pasivo.
- Polen (algunos niños tienen brotes de asma durante la primavera cuando los recuentos de polen son altos o cuando el césped está recién cortado, especialmente si se dejan las ventanas abiertas).
- Moho.
- Caspa animal.
- Contaminación/calidad del aire (la contaminación del aire exterior, incluidos los gases de la combustión del diésel de los autobuses escolares, puede causar episodios de asma. La mala calidad del aire exterior también puede ser un problema).
- Suministros de limpieza y pesticidas.
- Perfumes y colonias, (considere desarrollar una política que no le permita al personal usar perfume).
- Temperatura (cambios en el clima y la temperatura).
- Actividad física (denominado asma inducido por ejercicio).
- Infecciones respiratorias, gripe y resfriados (causas más comunes de episodios de asma).
- Alimentos (generalmente acompañados por síntomas adicionales como urticaria, sarpullidos, vómitos y diarrea)

EL ASMA (CONTINUACIÓN)

Los proveedores de atención médica pueden ser reacios a diagnosticarle asma a un niño pequeño. Antes de un diagnóstico de asma, es posible que un niño reciba otro diagnóstico, como enfermedad reactiva de las vías respiratorias, bronquiolitis o infecciones frecuentes del tracto respiratorio superior, que requiera tratamiento con nebulizador. A medida que la familia y el médico familiar se informan sobre los síntomas del niño, es importante que los programas compartan los signos y síntomas que muestran mejorías (con tratamiento con medicamentos) y los que han empeorado (durante diferentes desencadenantes y ayuda para la identificación de patrones).

Los programas deben estar al tanto de los cambios de medicamentos, incluso si no se administran en el programa, para poder apoyar a la familia para que comparta la información adecuada con el médico familiar. El personal puede apoyar a las familias y al médico familiar al observar cuidadosamente a los niños, registrar sus observaciones en el control de salud diario y compartir estos informes con la familia y el proveedor del niño.

CÓMO APOYAR A LOS NIÑOS CON ASMA

El programa Head Start, la familia y el médico familiar deben comunicarse rutinariamente para garantizar la adecuada atención de los niños con asma. Los programas Head Start pueden apoyar las fortalezas de la familia al reconocer que los padres de familia saben mucho sobre su hijo y pueden enseñarle al personal la mejor manera de brindarle atención a su hijo. Por ejemplo, un niño mayor puede ser capaz de decirle al maestro si siente una opresión en el pecho, mientras que es posible que un niño más pequeño se retire y se siente en silencio en un rincón.

Estrategias para la participación de las familias:

- Realizar una visita domiciliaria para ayudar a la familia a identificar y desarrollar un plan para abordar los desencadenantes.
- Ayudar a la familia [a prepararse para las visitas de atención médica](#) al crear una lista de preguntas y e inquietudes y describir episodios recientes.
- Educar a los familiares que no comprenden el asma y que pueden no saber cómo reconocer los síntomas de un niño.
- Trabajar con el médico familiar o con su Comité Asesor de los Servicios de Salud para identificar recursos comunitarios que puedan proporcionar apoyo y educación sobre el asma.
- Convocar una reunión con la familia y el médico familiar para asegurarse de que todos los que trabajan con el niño, incluidos los maestros, los cuidadores, el personal del servicio de alimentación, los conductores de autobús y los encargados de la vigilancia si corresponde, comprendan el Plan de acción para el control del asma del niño. El plan debe incluir lo siguiente:
 - Las adaptaciones específicas necesarias en las actividades diarias del niño (dieta, actividades en el aula, actividades al aire libre, excursiones, etc.).
 - Los medicamentos regulares y los de emergencia del niño: el nombre, la dosis, la vía, los horarios o las indicaciones para su administración y los posibles efectos secundarios.
 - Los signos y síntomas de un ataque de asma y las respuestas adecuadas (p. ej.: la eliminación de los desencadenantes, los medicamentos, la observación, el plan de emergencia).

The image shows a screenshot of a digital Asthma Action Plan form. It is divided into several sections: 'Trigger List' with a table for recording triggers and severity; 'Asthma Severity' with a scale from 1 to 4; and 'Medical Alert' with fields for emergency contact information and instructions. The form includes checkboxes for 'I have asthma' and 'I have a medical alert', and a section for 'Additional Instructions'.

Al igual que con cualquier afección de salud, debe revisar el plan individual de acción para el control del asma de cada niño al menos cada tres a seis meses y después de cualquier cambio en la medicación, cualquier visita a la sala de emergencias u hospitalización.



QUÉ PUEDE HACER SU PROGRAMA

Los programas de Head Start deberían tener una forma organizada y sistemática de respaldar a los niños con asma. Su programa puede hacer lo siguiente:

- **Utilizar los sistemas de gestión de Head Start.** Consultar su política de administración de medicamentos, protocolos de emergencia, control de salud diario y registro de asistencia. ¿Su programa registra cuándo experimentan los niños episodios de asma o se ausentan debido al asma? Asegúrese de que el conductor del autobús, las familias y los maestros estén equipados para controlar y comunicar los cambios en el plan de atención médica, los medicamentos y también de la afección del niño y cuándo se proporcionaron los medicamentos por última vez.
- **Capacitar a todo el personal.** ¿Sabe el personal qué hacer en caso de un ataque de asma? ¿Está capacitado el personal en administración de medicamentos para inhaladores y nebulizadores de rescate?
- **Tener un plan de acción contra el asma para cada niño con asma.** ¿Sabe todo el personal dónde se encuentra? ¿Pueden todos los cuidadores del niño identificar sus desencadenantes o síntomas individuales?
- **Educar a los niños pequeños y a los niños en edad preescolar sobre el asma.** Hable con frecuencia con los niños sobre el asma, sus síntomas y qué hará en caso de un ataque de asma.
- **Eliminar o reducir los desencadenantes**, como jugar adentro durante [los días con niveles elevados de ozono](#).
- **Mejorar la ventilación** en todo el edificio, como al reemplazar los filtros de partículas de aire de alta eficiencia (high efficiency particulate air, HEPA) regularmente.
- **Garantizar un mantenimiento adecuado** de los sistemas de calefacción y aire acondicionado.
- **Limpiar las alfombras de manera regular.**
- **Reducir la exposición al humo de segunda y tercera mano.** Por ejemplo, solicite al personal que fuma en su casa que se cambie de ropa cuando llegue al programa; desarrolle una política que no permita que el personal ni las familias fumen en las instalaciones.
- **Trabajar en conjunto con el médico familiar.** El proveedor de atención médica del niño puede proporcionar información con respecto a la gravedad, la frecuencia, los desencadenantes, los signos y los síntomas e intervenciones recomendadas.
- **Facilitar la transición al kindergarten u otro programa.** Solicite a la familia permiso para asegurarse de que la próxima ubicación conoce las necesidades del niño y que la familia ha desarrollado un plan de acción contra el asma antes de la transición de su programa.

Plan de acción contra el asma

Un plan de acción contra el asma debería respaldar al programa al atender a niños con asma y también al comunicarse con la familia y el proveedor. Debería incluir lo siguiente:

- Medicamentos que se toman, cuándo, dónde y posibles efectos secundarios.
- Dónde se debería almacenar el medicamento en todo momento, incluido cuando salimos, cuando vamos de excursión y durante actividades de preparación ante casos de emergencia, como un simulacro de incendios.
- Alergias o desencadenantes específicos, sus síntomas y qué hacer para minimizar la exposición.
- Qué síntomas indican una emergencia.
- Qué medidas tomar en caso de emergencia.
- Información de contacto del proveedor de atención médica y familiar.
- Instrucciones específicas para condiciones ambientales, es decir, participación en juegos al aire libre o días con niveles elevados de ozono.

Puede encontrar ejemplos en las siguientes:

[ECLKC](#)

[CDC.gov](#)

[HealthyChildCare.org](#)

[American Lung Association](#)





SIGNOS Y SÍNTOMAS

Los niños mayores y los adultos con frecuencia pueden describir los síntomas de un episodio de asma. Sin embargo, es posible que los niños más pequeños no cuenten con las habilidades lingüísticas o comunicativas para describir los síntomas verbalmente. Es importante que los maestros puedan observar comportamientos y ayudar a los niños a construir las palabras para informar cuando no se sientan bien. También es importante que el personal conserve la calma cuando hable con un niño que está experimentando un episodio de asma.

Los síntomas en los niños pequeños pueden incluir los siguientes:

- **Dificultad para respirar:** sonidos como un silbido rasposo y agudo. Es posible que escuche que el niño respira con dificultad cuando exhala. A medida que el episodio progresa, es posible que el niño respire con dificultad cuando inhala y exhala.
- **Opresión en el pecho:** los niños más pequeños pueden mostrar signos de dificultad para respirar o hablar. Es posible que se presionen el pecho o se sienten en silencio en un rincón.
- **Falta de aire:** el niño puede quejarse de estar sin aliento o de no poder recobrar el aliento. Esté atento a los jadeos o sonidos y al aumento de la actividad respiratoria. Los signos de la falta de aire pueden incluir un movimiento rápido de las fosas nasales, que las costillas o el estómago se muevan hacia adentro y afuera de manera profunda y rápida, una expansión del pecho que no se deshinchas cuando el niño exhala.
- **Tos frecuente.** Esta puede ser más común durante la noche. El niño puede o no expectorar.
- **Letargo** o falta de interés en actividades normales o en sus actividades favoritas.
- **Dificultad para succionar o comer.**
- **Sonidos de llanto más suaves, diferentes.**

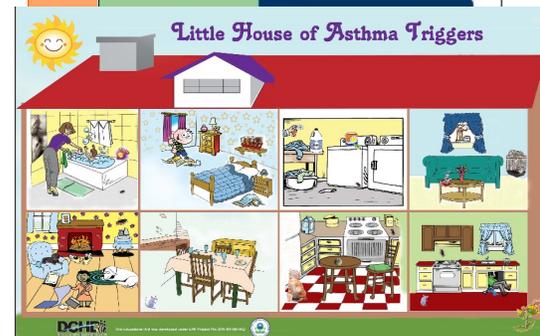
Kit de recursos para el control del asma

Puede encontrar varios recursos en el [Kit de recursos para el control del asma](#) del Centro de Aprendizaje y Conocimiento en la Primera Infancia (Early Childhood Learning and Knowledge Center, ECLKC). Los recursos pueden utilizarse para concientizar sobre el asma y los desencadenantes ambientales, para ayudar a las familias a controlar o eliminar los desencadenantes ambientales en sus hogares y para reducir la exposición de los niños a desencadenantes de interiores del asma en Head Start y en instalaciones de cuidado infantil.

Puede encontrar lo siguiente:

- Presentaciones de capacitación para el personal y las familias.
- Actividades para niños.
- Carteles.
- Listas de verificación para los programas y las familias.
- Hoja de consejos para el personal, especialmente para los directores del programa, miembros del Comité Asesor de los Servicios de Salud, trabajadores sociales de la familia y más.

ASTHMA TRAINING
FOR EARLY CHILD CARE STAFF



RECURSOS

Recursos del ECLKC

Kit de recursos para el control del asma; kit básico: se puede utilizar para concientizar sobre el asma y los desencadenantes ambientales, para ayudar a las familias a controlar o eliminar los desencadenantes ambientales en sus hogares y para reducir la exposición de los niños a desencadenantes de interiores del asma en Head Start y en instalaciones de cuidado infantil.

Otros recursos

La Asociación Americana del Pulmón es la organización líder que trabaja para salvar vidas al mejorar la salud respiratoria y prevenir neumopatías a través de la información, la protección y la investigación. Encuentre recursos para las familias, los profesionales de atención médica y las escuelas.

La Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología está dedicada al avance del conocimiento y la práctica en alergia, asma e inmunología para una óptima atención del paciente. Puede encontrar tutoriales sobre el asma, juegos interactivos en línea y enlaces a alergólogos pediatras.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades proporcionan muchos recursos sobre el asma para proveedores de cuidado infantil, incluidos folletos para la familia, guías sobre cómo utilizar inhaladores y planes de acción para el control del asma.

*Fomentamos una cultura de salud
y bienestar para los niños, las familias
y el personal de Head Start.*

CENTRO NACIONAL DE SALUD

Nuestro objetivo:

Ayudar a los programas de Head Start y Early Head Start a implementar las mejores prácticas y enfoques eficaces dentro del acceso de atención médica y dental, concientización sobre la salud, un estilo de vida activo y saludable, preparación ante casos de emergencia y seguridad ambiental para respaldar los resultados saludables y la preparación escolar de niños pequeños y sus familias.

¡COMUNÍQUESE CON NOSOTROS!

El Centro Nacional de Salud agradece sus comentarios sobre esta edición del boletín informativo y también sus sugerencias sobre temas para ediciones futuras. Envíe sus comentarios a health@ecetta.info o llame al (888) 227-5125.

Suscríbase o consulte todas las ediciones del Boletín Informativo de Servicios de Salud sobre el Centro Nacional de Salud en Head Start

<http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc/tta-system/health/center>

La preparación para la escuela empieza con la salud.