



Recomendaciones sobre el Asma

La Dirección General de Capital Humano, a través de la Dirección de Bienestar del Personal y la División de Asistencia Médica del Poder Judicial, lleva adelante el Programa de Medicina Preventiva “Juntos Por Nuestro Bienestar”, que busca informar y concienciar a funcionarios y usuarios de justicia en general sobre la importancia del cuidado de la salud física y mental.

Bajo ese lema los profesionales médicos de la institución brindan recomendaciones de interés para funcionarios y usuarios de justicia, que se realizan en el marco del programa de Medicina Preventiva impulsado por la Corte Suprema de Justicia.

La doctora Laura González, profesional médico de la División Asistencia Médica, refiere que el asma es una enfermedad crónica que afecta a personas de todas las edades. Se debe a la inflamación y la contracción de los músculos que rodean las vías respiratorias, las cuales dificultan la respiración.

Los síntomas incluyen tos, sibilancias, falta de aire y opresión en el pecho, pueden ser leves o graves y aparecer y desaparecer con el tiempo.

Aunque a veces reviste gravedad, el asma se puede controlar con un tratamiento adecuado. Es habitual usar unos aparatos llamados inhaladores que envían los fármacos directamente a los pulmones.

Existen diversos factores que pueden aumentar el riesgo de padecer asma, a menudo es difícil encontrar una única causa directa.

- La probabilidad de padecer asma es mayor si se tienen familiares con asma, sobre todo familiares de primer grado, como los padres o hermanos.
- Las alergias, como los eccemas y la rinitis, aumentan el riesgo de que aparezca asma.
- Hay factores que pueden afectar a los pulmones en desarrollo en etapas tempranas de la vida y aumentar el riesgo de padecer asma, como la insuficiencia ponderal del recién nacido, la prematuridad, las infecciones víricas de las vías respiratorias, y la exposición al humo de tabaco y otras fuentes de contaminación del aire.
- También se cree que el riesgo puede aumentar por exposición a alérgenos y sustancias irritantes del entorno, como contaminantes del aire en espacios cerrados y en el exterior, ácaros del polvo doméstico, mohos y sustancias químicas, humos o polvo en el lugar de trabajo.
- Otro factor que incrementa el riesgo de padecer asma es el sobrepeso o la obesidad, tanto en los niños como en los adultos.