



## El desafío del asma en O'Higgins: más de 91 mil personas podrían estar afectadas

Aunque el asma no tiene cura, un diagnóstico oportuno y el control de los factores ambientales permiten prevenir las crisis y mejorar la calidad de vida de quienes la padecen.

Cada 6 de mayo se conmemora el Día Mundial del Asma, una enfermedad crónica que afecta a millones de personas en todo el mundo. En la región de O'Higgins, más de 21 mil pacientes están bajo control en sus centros de salud, pero se estima que alrededor de 91.400 personas podrían vivir con asma, diagnosticadas o no. Esto equivale al 10% de la población regional y refleja un importante reto para la Atención Primaria de Salud (APS), que debe reforzar la pesquisa activa y garantizar acceso al tratamiento.

Según explica el Asesor de Salud Res-

piratoria y Servicios de Urgencia de Atención Primaria de Salud del Servicio de Salud O'Higgins, Christian Plaza, el asma se caracteriza por la inflamación de las vías respiratorias y por episodios de broncoespasmo, "lo que genera dificultad para respirar, sensación de falta de aire (disnea), tos y silbidos al exhalar, especialmente en la noche o durante el ejercicio". Aunque no es prevenible en su totalidad, las crisis asmáticas sí pueden evitarse con un buen manejo médico, control de los factores ambientales y una adecuada adherencia al tratamiento.

Las señales de

alerta incluyen los persistentes, especialmente nocturna, sibilancias, fatiga al realizar actividades físicas y disnea, agrega Plaza. Estos síntomas pueden intensificarse con los cambios de temperatura, exposición a alérgenos, contaminación o infecciones respiratorias como la bronquitis aguda.

### PRINCIPALES DESENCADENANTES

El aire frío, común en otoño e invierno, es uno de los principales desencadenantes de las crisis asmáticas, ya que irrita las vías respiratorias. Por eso, "en esta temporada es fundamental mante-

ner el tratamiento, evitar el humo del tabaco, ventilar los espacios cerrados, usar mascarilla si hay alta contaminación y evitar el ejercicio al aire libre en días con mala calidad del aire", recomienda el asesor.

El asma puede confundirse con otras enfermedades respiratorias como la bronquitis o la EPOC. Por eso, un diagnóstico médico certero es clave, especialmente en niños y adultos mayores. En los más pequeños, esta enfermedad puede interferir en el juego, el sueño y el rendimiento escolar, mientras que, en los mayores, suele agravarse por la coexistencia con otras



patologías y una menor capacidad respiratoria.

Si bien el asma no tiene cura, con tratamiento y educación sobre el autocuidado, la mayoría de las personas puede llevar una vida activa y normal. El desafío para el sistema

de salud es doble: por un lado, identificar a quienes no han sido diagnosticados; y por otro, asegurar un seguimiento continuo y acceso a medicamentos, especialmente en zonas rurales o con menor infraestructura médica.