

# DÍA MUNDIAL DEL ASMA

## 3 de mayo de 2011



Cada **primer martes del mes de mayo**, se celebra desde 1998, el **DÍA MUNDIAL DEL ASMA**.

El Día Mundial del Asma 2011, está auspiciado por la **Global Initiative for Asthma (GINA)**, y se va a celebrar el día 3 de mayo, como una iniciativa para que la población tome conciencia de la carga que supone esta enfermedad a quien la sufre y sobre todo de que es posible tenerla bajo control, llevando una vida saludable y sin limitaciones.

El lema del Día Mundial del Asma este año vuelve a repetir el de los años anteriores: **Puedes Controlar tu Asma** y establece las estrategias a emprender:

- ✚ Desarrollar una buena cooperación de los pacientes con sus médicos.
- ✚ Identificar y reducir la exposición a los factores de riesgo.
- ✚ Valorar, tratar y monitorizar el asma.
- ✚ Saber manejarse ante una crisis de asma.

De esta manera se considera que una persona tiene el asma controlada cuando:

- ✚ No tiene síntomas de asma como tos por las mañanas o al correr.
- ✚ Puede dormir bien sin despertarse.
- ✚ No necesita medicación de alivio.
- ✚ No tiene ningún ataque de asma.
- ✚ Puede hacer todas las actividades deportivas y de tiempo libre que desee.

Los pacientes han de tener presente que para conseguir controlar su asma deben:

- ✚ Tener un tratamiento personalizado por escrito para su asma.
- ✚ Tomar los medicamentos prescritos por su médico.
- ✚ Conocer y evitar los factores que pueden desencadenar la crisis de asma.
- ✚ Aprender a reconocer los síntomas de una crisis de asma.
- ✚ Conocer lo que deben hacer ante una crisis de asma.

La Iniciativa Global para el Asma (GINA) trabaja con profesionales de la salud para reducir la prevalencia, morbilidad y mortalidad de esta enfermedad.

La Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPAP), a través del Grupo de Vías Respiratorias, también se suma a esta iniciativa y proporciona material sobre **“Los cinco pasos del asma”** y **“Elimina el tabaco”**.

**Para mayor información:**

- ✚ <http://www.who.int/topics/asthma/es/>
- ✚ <http://www.ginasthma.org/GuidelineItem.asp?intId=99>
- ✚ <http://www.respirar.org/iniciativas/gina.htm>
- ✚ <http://www.fisterra.com/guias2/asma2.asp>
- ✚ <http://www.fisterra.com/guias2/asma3.asp>