

Los problemas asociados al asma

## Cuando no llega el aire



Es la enfermedad de los países ricos, y la responsable de una de cada 250 muertes en el mundo: el asma. El espectacular aumento de esta dificultad respiratoria se explica por un proceso igual de imparable, que es el de la progresiva urbanización y contaminación del planeta. Y podemos predecir un mayor impacto en los próximos años si tenemos en cuenta que se espera un crecimiento del urbanismo mundial del 45% actual a casi el 60% dentro de dos décadas. No, no nos hemos equivocado y esta no es la sección de ecología, pero es inevitable relacionar este trastorno con lo que se entiende como desarrollo de los países. Al menos, así lo demuestra el reciente Informe sobre el Impacto Mundial del Asma realizado por la Universidad de Southampton y el Instituto de Investigación Médica de Nueva Zelanda. En la investigación se refleja que el asma afecta a cinco de cada cien adultos y, atención al dato, al 10-15% de los niños.

Por países, las cifras son éstas: el Reino Unido presenta el mayor número de casos (15,3%), seguido de Canadá (14,1%) y Estados Unidos (10,9%). Además, Australia es la nación donde se ha producido un mayor incremento, en la que el 25% de los niños sufre la enfermedad. España, con el 5,7% de habitantes afectados se sitúa por debajo de Alemania y de Francia, pero por encima de Italia.

Por otro lado, según una encuesta nacional realizada recientemente por Demoscopia, el 30% de los bebés españoles menores de 2 años muestra síntomas asmáticos.

Estos niños, antes de soplar las dos velitas de la tarta de cumpleaños, ya se han pasado por el servicio de urgencias una media de cuatro veces. La encuesta también revela el fuerte impacto emocional, la preocupación y la frustración que sienten los padres respecto a los síntomas de sus hijos, así como las situaciones de sobreprotección a consecuencia de la angustia ante la posibilidad de que les pase algo. Y es que un niño fatigado, sin apetito, con falta de energía para jugar o con problemas de sueño por no poder respirar ve seriamente afectada su calidad de vida... y la de sus cuidadores.



## DECÁLOGO DEL CENTRO ESCOLAR SALUDABLE

### EN BREVE

#### ¿NO PUEDO RESPIRAR!

Los neuropediatras alertan de que el 25% de los niños menores de tres años tienen en algún momento síntomas de asma como tos, pitidos y dificultad respiratoria, sobre todo durante procesos catarrales. Sin embargo, el 60% de estos niños deja de tener síntomas asmáticos antes de los cinco años de vida. Al final, las estadísticas mantienen un porcentaje de entre el 10-15% de niños españoles con esta dolencia.

#### ¿TE HAS LAVADO LAS MANOS?

Se conoce como hipótesis higiénica la que busca la explicación del aumento de enfermedades en los niños nacidos a partir de los años sesenta en el hecho de haber crecido en un entorno con unas condiciones con un exceso de higiene: tanta profilaxis impide que el organismo madure en el aspecto inmunológico y eso propiciaría el aumento de las enfermedades de tipo alérgico y asmático. Parece ser que hay que volver a revolcarse en los charcos.

- 1** El colegio está libre de tabaco.
- 2** Las aulas minimizan la cantidad de alérgenos: no hay alfombras, moquetas ni cortinas.
- 3** Los padres de los alumnos afectados informan al profesor sobre ello y sobre las medicinas que debe tomar.
- 4** Los chavales que padecen asma llevan a diario los medicamentos necesarios y saben cuándo deben tomarlos.
- 5** Hay algún encargado de atender al niño cuando presenta una crisis asmática, normalmente el tutor.
- 6** En el botiquín hay medicación específica para las crisis.
- 7** El centro escolar mantiene un buen nivel de higiene y las aulas se ventilan con frecuencia.
- 8** Se controla la carga polínica dentro del colegio, y se cierran las ventanas en los momentos de máximo sol, sobre todo si hay viento.
- 9** Existe un plan de actuación en caso de crisis de asma: ficha de datos básicos, medicación de emergencia y teléfono al que solicitar asistencia médica.
- 10** Los profesores de Educación Física conocen bien la enfermedad, respetan las medidas de higiene deportiva y ofrecen actividades alternativas cuando es necesario.