



DÍA DE LA ENFERMEDAD

Consejos para controlar el asma y tener calidad de vida

El asma afecta, hoy, a 1 de cada 10 o cada 20 personas. La Asociación de Neumología y Cirugía Torácica del Sur (Nemosur) estima que podría afectar en Jaén a un mínimo de 33.200 jiennenses y podría tener un impacto económico y sanitario de alrededor de un millón de euros.

En el Día Mundial del Asma, Nemosur, de acuerdo con los criterios de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica, Separ, difunde una lista de recomendaciones útiles que todo paciente asmático debería seguir con la ayuda de su médico o enfermera educadora. Con el nombre de "siete mandamientos", los consejos pasan por tener escrito el tratamiento, distinguir entre los inhaladores que controlan los síntomas y los que evitan que aparezcan, y saber manejarlos, continuar el tratamiento cuando se está bien, disponer de un truco para recordar las medicinas que controlan el asma, evitar las situaciones y causas que desencadenan crisis o empeoran el asma y reconocer los síntomas de una crisis.

Nemosur anima a los pacientes asmáticos a cumplir con estos principios básicos, ya que dos de cada tres asmáticos sufren una merma en su calidad de vida que es evitable con un buen control de la enfermedad. En este sentido, diagnosticado y tratado correctamente es posible controlar el asma en más de un 90% de los casos. Asimismo, la asociación estima que entre el 30% y el 50% de los pacientes asmáticos están insuficientemente controlados. [I. E.]