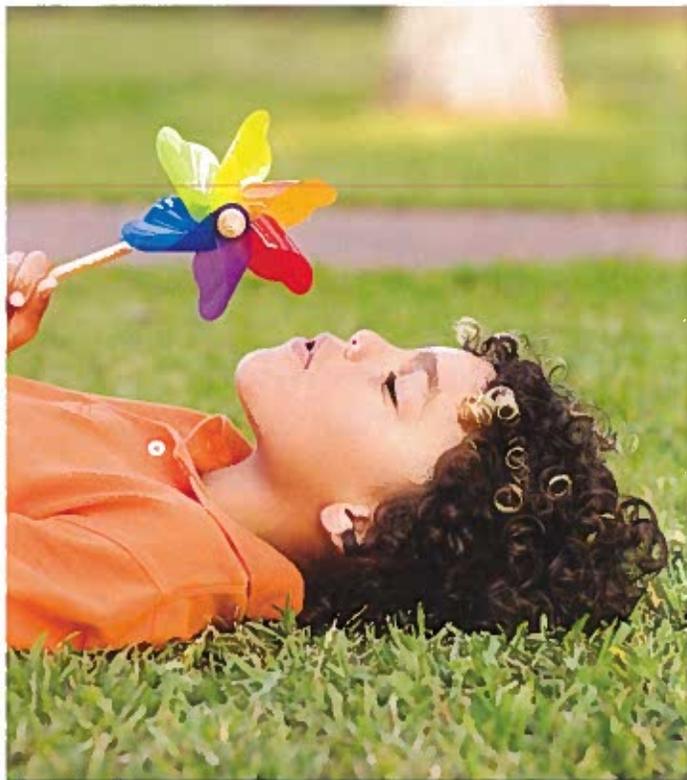


Putting on AIRS

Estrategia para riesgo de asma en espacios cerrados



Comunidades que trabajan juntas para mejorar la vida y la respiración



Factores que provocan Asma

Los ataques de asma pueden ser provocados por elementos que causan molestias en las pequeñas vías respiratorias. Hay muchos factores que pueden hacer que el asma empeore.

Es importante reconocer cuáles son los posibles problemas para usted o para su hijo. Al saber cuáles son los factores que provocan los ataques, puede tomar medidas para prevenir los ataques de asma.

Puede ayudar a evitar los ataques de asma reduciendo la exposición a los factores que le provoquen Asma.

Los estadounidenses pasan hasta el 90% del tiempo en espacios cerrados bajo techo. El contacto con

alérgenos e irritantes en espacios cerrados puede ser un factor importante en provocar un episodio de asma.

Los elementos más comunes que pueden provocar el asma en un ambiente cerrado son:

- **Humo de segunda mano**
(incluye el humo de cigarrillos, cigarros, pipas, y marihuana)
- **Cucarachas**
- **Ácaros del polvo**
- **Moho**
- **Mascotas y otros animales con pelo y plumas**

Putting on AIRS es un programa diseñado para ayudar a las familias a identificar y reducir los elementos que hay en sus hogares y que pueden empeorar el asma. Con su permiso, personal capacitado inspecciona su casa para detectar desencadenantes del asma.



¡No puedo pagar reparaciones costosas!

La mayoría de las sugerencias son simples y prácticas, como:

- Lavar las sábanas y cobijas en agua bien caliente una vez por semana
- No dejar que nadie fume dentro de la casa
- Mantener a las mascotas fuera del dormitorio

¿Quién visitará mi hogar?

Un educador del asma visitará su hogar tres veces; en una de estas visitas irá acompañado por un especialista de salud ambiental. Ellos le comunicarán sus conclusiones y harán sugerencias sobre cómo ayudarle a controlar el asma.

¿Qué cubira?

El educador de asma revisará con usted el plan y los medicamentos para el asma, además de ayudarle a entender cómo controlar el asma.

El personal de Putting on AIRS se comunicará con su proveedor de atención médica y le transmitirá las conclusiones y sugerencias que emerjan de la visita a su hogar.

Usted debe hablar con su proveedor cuando tenga alguna duda o problemas con su asma.

¿Cuánto cuesta?

Este programa se ofrece **SIN COSTO** alguno para usted.

Putting on AIRS en el área de Waterbury

Usted puede participar si un proveedor de atención médica le ha diagnosticado asma a su hijo o a usted.

Para obtener más información o una remisión, póngase en contacto con:

Coordinador de la Región I: 203-709-5716

www.trinityhealthofne.org/airs

Esta publicación (artículo periodístico, etc.) tiene el apoyo del Control Integral del Asma a Través de Estrategias Basadas en Evidencia y el Acuerdo Cooperativo Número NU59EH00516-09-02 entre los departamentos de Salud Pública y Asistencia Sanitaria, financiado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Su contenido es exclusiva responsabilidad de los autores y no representa necesariamente los puntos de vista oficiales de los Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades o del Departamento de Salud y Servicios Humanos, ni tampoco la mención de nombres comerciales, prácticas u organizaciones comerciales implica el aval del Gobierno de los EE. UU.