



Preguntas Frecuentes

¿Cómo preparo mi visita al médico si tengo asma?

- Debes conocer bien tu tratamiento para el asma y ser sincero con tu especialista sobre el cuidado que haces.
- Tienes que ser consciente de que la patología asmática es variable, entendiendo que para su correcto manejo es clave ser constante.
- Es fundamental que exista una comunicación fluida con tu médico de cara a elaborar un plan terapéutico personalizado.
- Debes comentar todas tus dudas, realizando previamente un pequeño listado en el que recopile todas ellas.
- Es importante conocer las diversas aplicaciones de gran ayuda para obtener información y seguimiento de la patología asmática y que pueden servir para mejorar tu adherencia terapéutica.

¿Cómo preparo mi visita al alergólogo?

- Conozca su plan de tratamiento y lleve un control sobre la evolución del asma en su caso.
- El uso de aplicaciones y herramientas le ayudará a estar mejor informado, mejorando su calidad de vida.
- Hablar con su entorno sobre las visitas a los especialistas y el plan de acción que han creado para usted.
- Recuerde que el estrés puede empeorar su asma. Conocer su origen puede ayudarle a controlarlo.



Preguntas Frecuentes

¿Cómo preparo mi visita con un farmacéutico?

- Es importante que distinga cuál es su tratamiento de mantenimiento y cuál el de rescate.
- Llevar un control de dosis y técnica de inhalación es preciso para mejorar la terapia, así como reconocer sus síntomas del asma.
- Estar informado a través de las distintas plataformas existentes le ayudará a recordar las recomendaciones de su farmacéutico.

¿Cómo preparo mi visita al médico de atención primaria?

- Aprender a reconocer la presencia de una crisis de asma, con el fin de tratarla a tiempo, es esencial para mantener un correcto control de la enfermedad.
- Las herramientas digitales pueden serle de utilidad para mejorar la adherencia y para recordar la técnica de inhalación correcta.

¿Cómo preparo mi visita con el área de enfermería?

- Antes de acudir a su visita con el enfermero, preparase para sacarle el máximo partido: le aconsejamos registrar por escrito los acontecimientos de las últimas semanas relacionados con la enfermedad.
- Las herramientas digitales pueden serle muy útiles para reforzar la información obtenida tras la visita, establecer recordatorios para su tratamiento o para aprender más sobre la patología.
- Recuerde: desde el área de enfermería pueden ofrecerle asesoramiento, herramientas y habilidades que le ayuden a tomar las mejores decisiones para su salud.



Preguntas Frecuentes

¿Si tengo asma, puedo convivir con mascotas?

- La respuesta es “Sí”. Cuesta trabajo aceptar que las mascotas y el asma no son mutuamente excluyentes, la realidad es que un asma controlada permite esta interacción.

- La evidencia científica sugiere que el perro sería la mascota con menor probabilidad de ser un factor de riesgo, mientras que en los gatos los resultados son más contradictorios, con tendencia a ser factor de riesgo. Por otro lado, los expertos coinciden en que el tamaño del animal o su pelo no importa, pues el alérgeno no está en el pelo, sino en saliva, orina y caspa. Por tanto, no hay perros y gatos que no causen alergia.

¿Qué no puedo regalarle a una persona que tiene asma?

Alimentos: Si pensamos en chocolates, algunos ingredientes como los frutos secos, el trigo o las nueces, pueden desencadenar episodios alérgicos o ataques de asma.

Flores: El polen de las flores brillantes, como tulipanes o rosas, no suele causar alergias, sin embargo, su fuerte olor puede desencadenar síntomas de asma o rinitis.

Velas y perfumes: Ciertos aromas pueden provocar síntomas de asma y rinitis.

Joyas: Algunas veces las joyas de fantasía contienen níquel, metal que puede causar ronchas y picazón en algunas personas.

Peluches: Los peluches acumulan polvo y esto puede desencadenar algún problema relacionado con el asma. Por ello, opta por peluches hipoalergénicos y recomendar que se lave seguido.