



## Niños y Asma en Detroit:

### El Problema y Pasos a Seguir para los Miembros de la Comunidad

#### ¿Qué es el asma?

El asma es una afección en la que las vías respiratorias se estrechan e inflaman y pueden producir moco adicional. Esto puede dificultar la respiración y provocar tos, un silbido al exhalar (sibilancias) y falta de aire. Es una enfermedad crónica, lo que significa que las personas la padecen a largo plazo. Las personas con asma son sensibles a los contaminantes del aire, que pueden provocar un empeoramiento de los problemas respiratorios. Es una de las enfermedades crónicas más comunes en los niños.

#### ¿Qué causa el asma?

Los científicos no lo saben con certeza. Probablemente sea una combinación de factores, que incluyen:

- Alergias
- Exposición a la contaminación del aire
- Genéticas
- Ciertas infecciones de las vías respiratorias adquiridas a una edad temprana



#### ¿Por qué el asma infantil es tan común en Detroit?

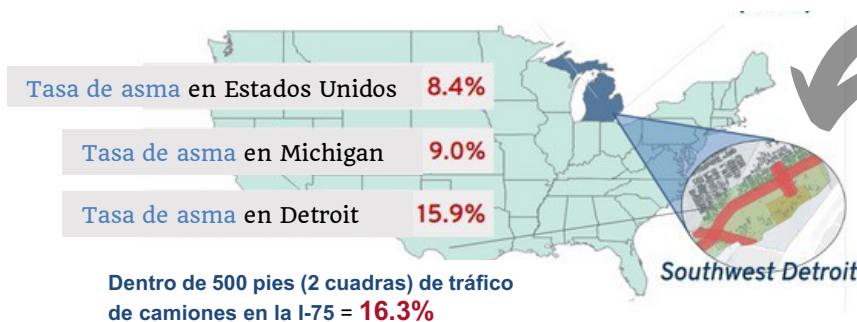
Detroit tiene un número muy elevado de niños con asma en comparación con otras ciudades de Estados Unidos.

Las tasas de asma infantil en Detroit pueden ser tan altas debido a los elevados niveles de contaminación del aire. Esta contaminación proviene de:

- Fábricas,
- Tráfico intenso en las autopistas cercanas
- Tránsito de camiones a través de los vecindarios.

Estas fuentes de contaminación son más frecuentes en comunidades donde la mayoría de los residentes son personas de color.

Tasas de Asma Para Jóvenes de 18 Años y Menores de 18 (2018)



Como muestra el mapa aquí, las tasas de asma son más altas para las personas que viven a menos de 2 cuadras del tráfico de camiones.”





### ¿Por qué los niños son más sensibles a la contaminación del aire que los adultos?

- Los niños tienen las vías respiratorias y los sistemas inmunológicos que aún están en desarrollo.
- Los niños inhalan más aire en relación con su tamaño y peso corporal que los adultos.

### ¿Qué son los síntomas del asma?

- Tos
- Dolor o presión en el pecho
- Falta de aire
- Dificultad para respirar durante el ejercicio
- Despertarse por la noche sin poder respirar
- Irritabilidad
- Sibilancia



**Busque atención médica de inmediato si su hijo/a presenta ...**

- Tos Intensa
- Dificultad para respirar
- Color azulado en la cara, los labios o las uñas

### ¿Cómo se diagnostica el asma?

Un médico puede usar varias herramientas para diagnosticar el asma en su hijo:

- Historial médico
- Examen físico
- Probar medicamentos para el asma para ver si alivian los síntomas

Los médicos también pueden usar espirometría (pruebas de función pulmonar), radiografías de tórax o pruebas de alergia o de sangre para determinar que alérgenos desencadenan una respuesta inmunitaria



### ¿Qué son los “desencadenantes” del asma?

Los desencadenantes son cosas que pueden causar síntomas de asma, como:

- Alergias y otros problemas de salud
- Contaminación del aire
- Ejercicio
- Clima
- Estrés o ansiedad
- Algunos medicamentos

Estos pueden variar de una persona a otra.

### Si su hijo/a tiene asma...

Trabaje con su médico para desarrollar un plan de acción para el asma para controlar los síntomas y reducir las crisis de asma.

Su plan de acción para el asma puede incluir:

- Estrategias para evitar desencadenantes
- Medicamentos de alivio rápido
- Medicamentos de control



Si los niños están expuestos a **altos niveles de contaminación** del aire, es probable que presenten síntomas de asma más graves, más visitas al médico o al hospital y más días de ausencia escolar.



## ¿Cómo puedo proteger a mi hijo con asma de la contaminación del aire?

Consulta el índice de calidad del aire (AQI):

[airnow.gov](http://airnow.gov).

Cuando el AQI es alto (**101 o más**), tome medidas! Si su hijo tiene asma grave u otros problemas, puede tomar estas medidas cuando el AQI sea incluso más bajo, **como 51 o más**.

En interiores:

- Mantenga puertas y ventanas cerradas
- Use un purificador del aire y cambie los filtros
- Según la temporada: encienda la calefacción o el aire acondicionado, si tiene uno

En exteriores:

- Use una mascarilla N95

**Si hay una sola cosa que debo saber, ¿cuál es?**

En Detroit, es especialmente importante controlar el asma con cuidado debido a la mala calidad del aire. Siga estos pasos de acción para proteger a su familia.

## ¿Cómo puedo apoyar a mi comunidad?

- Si usted es personal escolar, revise la guía de calidad del aire y actividad al aire libre: <https://bit.ly/4fONT2C>
  - Esto le ayudará a saber cuándo y cómo modificar la actividad física al aire libre según el Índice de Calidad del Aire
- Asista a eventos comunitarios sobre calidad del aire, como talleres y actividades de “construir tu propio filtro de aire”:
  - Eastside Community Network
  - Clear the Air Coalition
  - Green Door Initiative's Detroit Air Quality Advocacy Academy
  - Southwest Detroit Environmental Vision
- Si observa mucha contaminación del aire proveniente de una fuente específica en su comunidad, llame al Sistema de Alerta de Emergencias por Contaminación al 1(800) 292-4706 para reportarlo.
- Visite [linktr.ee/airpollutionresources](http://linktr.ee/airpollutionresources) o escanee el código QR con su teléfono para obtener más recursos sobre la contaminación del aire y cómo prevenir la exposición.



Consulte [http://mleead.umich.edu/Coec\\_Fact\\_Sheets.php](http://mleead.umich.edu/Coec_Fact_Sheets.php) para ver las citas incluidas en esta .

Esta investigación fue apoyada por el Instituto Nacional de Ciencias de la Salud Ambiental (NIEHS) (#R01ES022616, #R01ES032389) y la Fundación Familiar Fred A. y Barbara M. Erb, con apoyo adicional del Michigan Center on Lifestage Environmental Exposures and Disease (M-LEEAD) (NIEHS #P30ES017885).