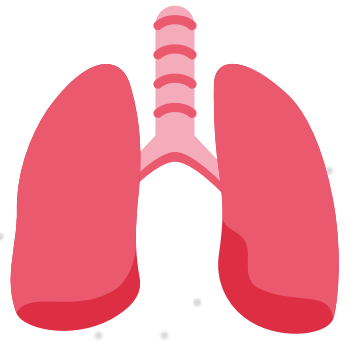
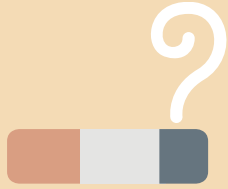


ASMA



Enfermedad pulmonar crónica que causa inflamación y estrechamiento de las vías respiratorias

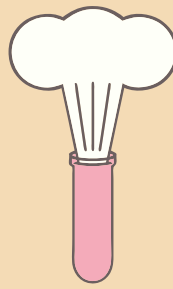
¿CUÁLES SON ALGUNAS CAUSAS COMUNES Y FACTORES DE RIESGO?



Exposición al humo de cigarrillo en el útero o en los primeros años de vida



Contaminantes del aire y alérgenos



Irritantes químicos y polvos industriales



Historia familiar y genes

Signos y síntomas



Falta de aire



Dificultad para respirar



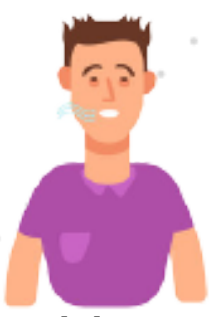
Tos seca

Pacientes con asma pueden notar que estos síntomas:

- Vienen y van con tiempo, o dentro el mismo día
- Pueden ser agravados por infecciones virales como el resfriado
- Puede ser provocado por ejercicio, alergias, aire frío o hiperventilación
- Empeorar en la noche o en la mañana



Tos nocturna



Sibilancias



Dolor de pecho

¿CÓMO PUEDO VIVIR CON ASMA?

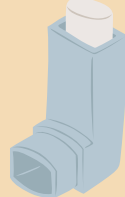


Tome medicamentos como estén prescritos



Manténgase actualizado con sus vacunas

- Tdap
- Neumocócica
- Influenza
- Culebrilla



Tenga a mano un inhalador de alivio rápido



Identifique factores agravantes y evite exposiciones

EL ASMA PUEDE AUMENTAR EL RIESGO DE ENFERMEDADES GRAVES DEL COVID-19



- **Consejos para protegerme del COVID-19:**
- Pídale a un miembro de su familia que desinfecte la casa regularmente y practique una higiene de manos adecuada
- Evite usar desinfectantes que pueden causar un episodio asmático
- Obtenga la vacuna del COVID-19 donde esté disponible en su condado.



Escanéame

Infografía sobre la vacuna del COVID-19 y de los estados de enfermedad

[HTTPS://TINYURL.COM/AMCPHEALTHHELPER](https://tinyurl.com/amcphealthhelper)

ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO A (402) 732-2627 PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE LA VACUNA DEL COVID-19