



Programa de Asma
de Puerto Rico

Boletín informativo Programa de Asma de PR

Mayo, 2019

Día Mundial del Asma 2019

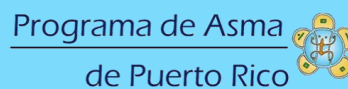
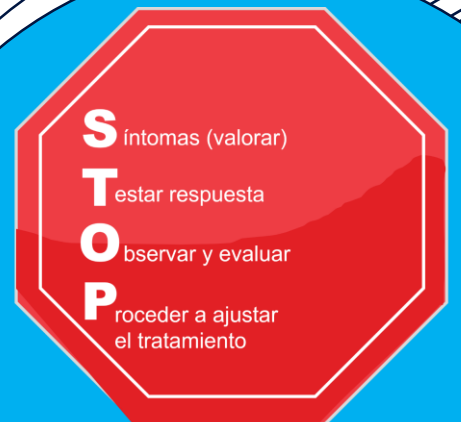
El Día Mundial del Asma 2019 está auspiciado por la *Global Initiative for Asthma (GINA)*, y toma lugar cada año, el primer martes del mes de mayo, es decir el día 7 de Mayo de 2019, como una iniciativa para concienciar a la población de las cargas que supone dicha enfermedad a quien la padece y de la posibilidad de tenerla bajo control, llevando una vida saludable sin limitaciones.

Global Initiative for Asthma, 2019

Mensaje de la coordinadora

Anualmente, el primer martes de mayo celebramos el día mundial del asma. Su finalidad es crear conciencia de la enfermedad y enfatizar en la posibilidad de poder tenerla en control, llevando una vida saludable y sin limitación. Desde el año 2008 el lema ha sido "Puedes controlar tu asma". Su objetivo es transmitir un mensaje positivo, dirigido a animar y empoderar a las personas que padecen de asma y a sus familiares, para tomar el control de su condición. Es importante destacar, que para lograrlo, se debe poseer un tratamiento personalizado por escrito, tomar los medicamentos tal cual los recetó el médico, conocer y evitar los factores desencadenantes, así como aprender a reconocer los síntomas de una crisis asmática y qué hacer ante una. Gracias a todos y cada uno de ustedes por continuar comprometidos con la salud de las personas que padecen de asma.

Lic. Ibis Montalvo Félix
Coordinadora del Programa de Asma



Quiénes somos

El Programa de Asma está adscrito a la Secretaría Auxiliar para la Promoción de la Salud, bajo la División para la Prevención y Control de Enfermedades Crónicas del Departamento de Salud. Existe desde el año 2003, pero en el año 2016 fue reestructurado y alineado según una propuesta adquirida a través del CDC.

Nuestra misión

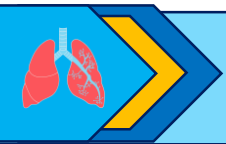
Proveer herramientas educativas para el manejo y el control del asma con el fin de reducir la morbilidad y mortalidad en la población puertorriqueña, mejorando su calidad de vida.

Nuestra visión

Ser el programa gubernamental líder en el manejo, control y apoderamiento del asma en Puerto Rico.

Lo que hacemos

- Adiestramientos a médicos, profesionales de la salud, estudiantes sobre el manejo y control de asma.
- Adiestramientos sobre la Ley 56 del 2006 para maestros de escuelas públicas y privadas.
- Intervenciones educativas en temas relacionados al asma (ejercicio, emociones, embarazo, nutrición) dirigidos a estudiantes, maestros y comunidad general.
- Proveemos datos epidemiológicos y apoyamos investigaciones sobre el asma en Puerto Rico
- Distribuimos y creamos material educativo para el manejo y control del asma en niños y adultos.
- Realizamos visitas al hogar para educar familias con niños que tienen asma descontrolada.



Datos de Asma en Puerto Rico, 2018

Según los datos del *Puerto Rico Behavioral Risk Factor Surveillance System*, nuestra población de adultos (≥ 18 años) y niños/adolescentes (0-17 años) ha estado desproporcionalmente afectada por la condición de asma al compararlo con los adultos y niños/adolescentes de Estados Unidos (EE.UU.) (Figura 1-2). En el 2017, se observó que un 2 de cada 13 niños (15.5%) en Puerto Rico (PR) tiene asma actual mientras que en los EE.UU. 1 de cada 13 (7.5%). En nuestra población adulta 1 de cada 8 adultos (12.2%) tiene asma mientras que 1 de cada 11 (9.1%). En PR se estima que aproximadamente 330,000 adultos y 125,000 niños/adolescentes viven con asma actualmente.

Por otra parte, un estudio realizado con datos de la Administración de Seguros de Salud Puerto Rico (ASES, 2019), se observó que para el 2017 la tasa de reclamaciones por visita a sala de emergencia (E) relacionadas a asma como primer diagnóstico fue 7.29 por cada 1,000 personas con el plan de salud público. Mientras que el total de la tasa de reclamaciones por hospitalizaciones (H) relacionadas a asma como primer diagnóstico fue 2.69 por cada 1,000 personas con el plan de salud público. En adición, se observó que las mujeres tienen mayor tasas de utilización de vistas a sala de emergencia y hospitalizaciones relacionadas al asma (E=8.49 y H=3.00 por cada 1,000 mujeres con el plan de salud público) al comparar con los hombres (E=5.91 y H=2.32 por cada 1,000 hombres con el plan de salud público). Por último, la región de salud de Arecibo fue la región con mayor tasa de vistas a salas de emergencia y hospitalizaciones relacionadas a asma (E=13.5 y H=3.94 por cada 1,000 personas con plan de salud público) (Figura 3-4).

Figura 1: Tendencia de la prevalencia de asma actual en niños/adolescentes de PR y EE. UU., 2011-2017.

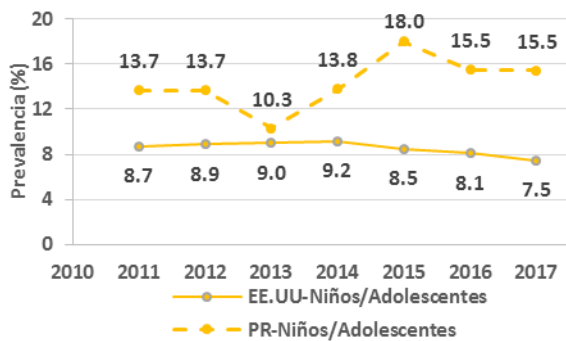


Figura 2: Tendencia de la prevalencia de asma actual en Adultos de PR y EE. UU., 2011-2017.

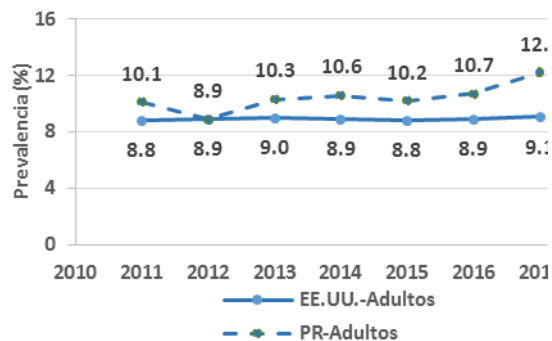


Figura 3: Tasa de visitas a sala de emergencia relacionadas a asma (primer diagnóstico) por Región de Salud en la población con plan de salud público, 2017.

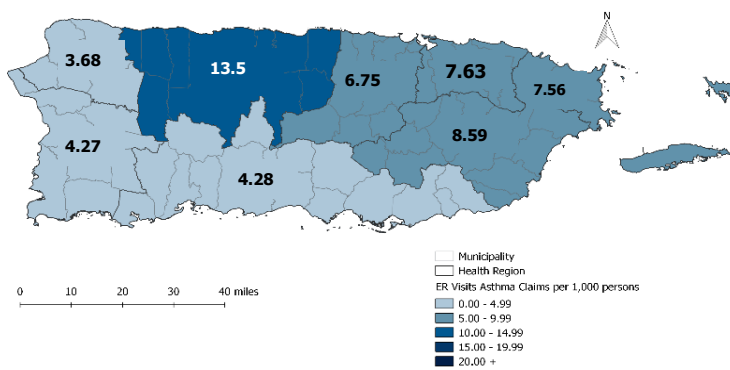
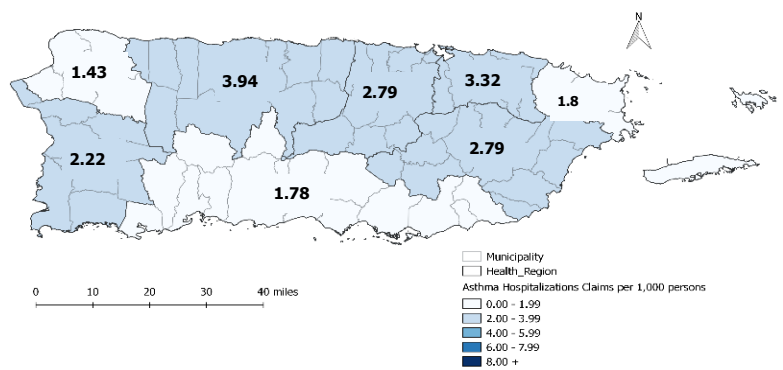
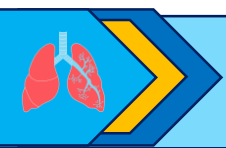


Figura 4: Tasa de hospitalizaciones relacionadas a asma (primer diagnóstico) por Región de Salud con plan de salud público, 2017.



¹Fuente de datos: *Puerto Rico Behavioral Risk Factor Surveillance System*, 2011-2017;

²Reclamaciones por visitas a sala de emergencia y hospitalizaciones relacionadas a asma como primer diagnóstico (ICD-10CM-J45-XX) provista por ASES. Estimadores poblacionales fueron obtenidos del *American Community Survey 5 year Estimate (table B27003: Public Health Insurance Status by Sex by Age)*



Proyecto VIAS

Agradecimiento al Puerto Rico Women and Children's Hospital de Bayamón

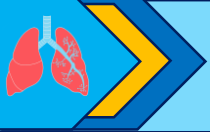
El Programa de Asma del Departamento de Salud, agradece la labor realizada por el Puerto Women and Children's Hospital por ser nuestro mejor aliado en promocionar nuestro **Proyecto de Visitas al Hogar-VIAS** entre sus pacientes. En especial, resaltamos el compromiso de la enfermera y educadora Gladys Rodríguez, al promover la educación como herramienta indispensable para lograr el manejo y control de la enfermedad de asma. Esperamos seguir contando con su acostumbrado apoyo y colaboración.



De izquierda a derecha: Lcda Ibis Montalvo- Coordinadora Programa de Asma, Sra María. V Merced- Administradora del PR Women and Children Hospital's, Sra Roselyn Resto- Enfermera PR Women and Children Hospital's, **Gladys Rodríguez- Educadora y Enfermera del PR Women and Children Hospital's**



El Proyecto VIAS del Programa de Asma del Departamento de Salud continua brindando servicios a través de toda la isla, promoviendo la educación como herramienta fundamental para el manejo y control de la enfermedad de asma en Puerto Rico.





GOBIERNO DE PUERTO RICO
Departamento de Salud

Programa de Asma
de Puerto Rico



¿Su niño o niña tiene un diagnóstico de ASMA?



**¡Inscríbese al Proyecto VIAS
del Departamento de Salud!**

¿Qué es el Proyecto VIAS?

VIAS es un proyecto de visitas interactivas sobre asma, en el hogar de menores, que presentan síntomas severos de esta enfermedad crónica. El propósito del Proyecto es controlar la exposición a provocadores dentro del hogar que pueden exacerbar el asma, reducir las visitas a salas de emergencias y las hospitalizaciones por asma. VIAS está adscrito al **Programa de Asma** de la Secretaría Auxiliar para la Promoción de la Salud del Departamento de Salud.

¿Qué incluye el Proyecto VIAS?

Un equipo multidisciplinario especializado en la educación sobre el asma le asistirán en:

- Identificación de provocadores dentro de su hogar
- Educación sobre Asma
- Orientación para obtener un plan de acción
- Materiales educativos sobre la condición
- Incentivos no económicos

¡Contáctenos!



Tel. (787)765-2929
Exts. 4105/4147/4148
Tel. (787)798-4648



www.proyectoasmapr.com



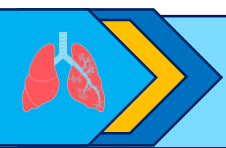
Facebook:
Programa de Asma



proyectoasmapr@gmail.com

Requisitos de participación:

- = Familias que tengan niños entre 4 a 17 años de edad con un diagnóstico de asma
- = Haber tenido 3 visitas o más a sala de emergencias/urgencias o 1 hospitalización por causa de asma en los últimos 12 meses
- = Residir en las siguientes Regiones de Salud: **Bayamón, Caguas, Aguadilla y Ponce**
- = Completar las 6 sesiones requeridas



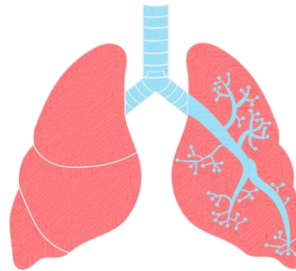
Lo que debe saber sobre el ASMA

¿Qué es?

El asma es una enfermedad crónica que provoca que las vías respiratorias se inflamen y se estrechen, impidiendo el paso del aire y aumentando la mucosidad.

Síntomas comunes:

- Tos especialmente en las mañanas y en la noche
- Sibilancia (pitillo)
- Dificultad para respirar
- Presión en el pecho

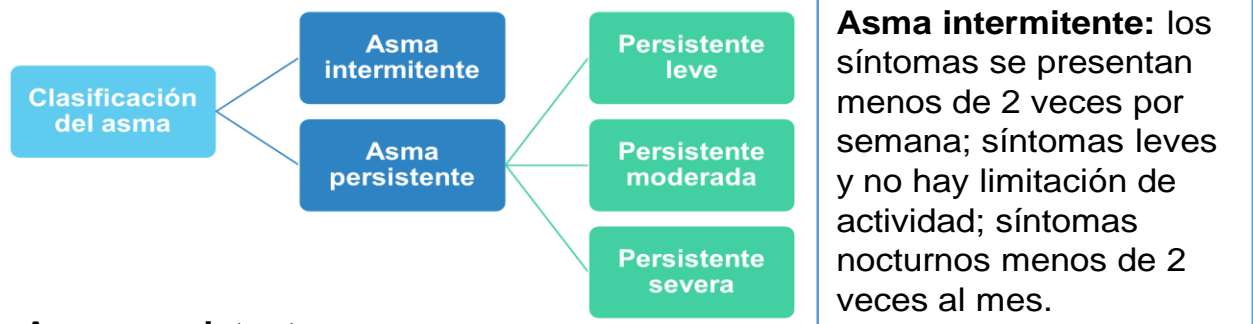


Diagnóstico

- Historial clínico y familiar
- Examen físico
- Examen físico
- Prueba de alergias

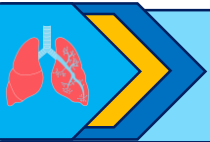
Diagnóstico:

De acuerdo a la gravedad de los síntomas, el médico puede clasificar el asma de la siguiente forma:



Asma persistente

Leve	Síntomas 3-4 veces por semana. Se pudiera afectar el nivel de actividad; síntomas nocturnos se presentan de 3-6 veces al mes.
Moderada	Síntomas diarios; síntomas pueden afectar el nivel de actividad y sueño; síntomas nocturnos pueden darse 5 o más veces al mes.
Severa	Síntomas continuos; síntomas frecuentes y graves; síntomas nocturnos pueden presentarse diariamente.





Hable con su médico sobre...

- Su **Plan de acción** o tratamiento por escrito, para que usted pueda seguirlo diariamente.
- Los **medicamentos de mantenimiento** o control del asma que se usan por tiempo prolongado, para reducir la severidad de los síntomas y evitar los ataques de asma. Estos se toman aunque el paciente no tenga síntomas o aunque se sienta bien.
- Los **medicamentos de rescate o de acción rápida** que se utilizan tan pronto comienzan los síntomas de asma repentinos, para expandir las vías respiratorias.
- Pruebas de alergia.
- **Factores desencadenantes** y cambios que necesite hacer en el ambiente del hogar, escuela y trabajo.
- Referidos a especialistas (por ejemplo, el neumólogo o el alergista), visitas de seguimiento y dónde llamar o acudir en caso de emergencia.



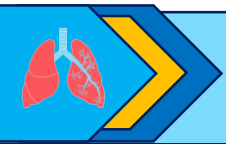
Departamento de Salud
Secretaría Auxiliar para la Promoción de la
Salud

División para la Prevención y
Control de Enfermedades Crónicas
787-765-2929, Ext. 4105/ 4148

www.proyectoasmapr.com
Email: proyectoasmapr@gmail.com
proyectoviaspr@gmail.com



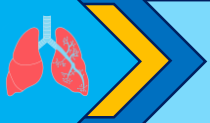
Programa de Asma 
de Puerto Rico



-Desencadenantes del Asma

Desencadenantes: factores que pueden provocar o descontrolar el asma.

Alérgenos			Ambientales		Físicos
Polvo 	Mascotas 		Contaminación del aire Hongo y polen		Ejercicio 
Cucarachas 	Roedores 		Polvo del Sahara		Infecciones virales 
Ácaros 	Hongo 	Alimentos 	Olores fuertes		Emociones 
			Humo del cigarrillo		
			Aire frío		



Talleres a maestros y Enfermeros del Departamento de Educación

Como parte de nuestra misión de ofrecer educación a maestros y personal clínico sobre la enfermedad de asma, durante los meses de febrero, marzo y abril se estuvieron ofreciendo adiestramientos en las

distintas regiones del Departamento de Educación. En los mismos se adiestraron 549 enfermeras(os) y maestras(os) de distintas materias. A continuación, un resumen de los talleres ofrecidos en cada región.



Antigua sede del Dpto. de Educación en San Juan



Escuela de Bellas Artes de Ponce



Universidad Interamericana, Recinto de Arecibo



Escuela Esther Feliciano Mendoza en Aguadilla



Salón de conferencias del Coliseo Rafael Amalbert de Juncos

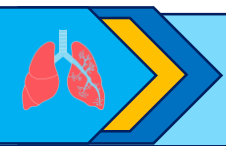
Agradecimiento a la Profa. Nilka Vargas- Dpto. de Educación

Las actividades realizadas por el Programa de Asma no serían posibles sin la ayuda de colaboradores en las distintas agencias que atendemos. Es por esto que el programa desea reconocer la labor de la Profa. Nilka Vargas, Directora del Programa de Salud Escolar en el Departamento de Educación de Puerto Rico. Sin duda alguna, la Profa. Vargas ha sido pieza clave para el logro de las actividades educativas y esperamos seguir contando con su apoyo en futuras actividades.

Otros agradecimientos (enfermeras que han coordinado actividades)

El personal de enfermería destacado en las escuelas del país, juega un rol importante en la educación y manejo de las enfermedades en los planteles escolares. El Programa de Asma de Puerto Rico, reconoce el esfuerzo de algunos profesionales que tomaron la iniciativa de continuar educando a maestros y estudiantes, sobre el manejo y control del asma, durante los últimos meses. Agradecemos la labor de las siguientes enfermeras:

- Stephanie Nazario- Esc. Doris Martínez en Yauco
- Beatriz Ortiz- Esc. Julio Víctor Guzmán en San Germán
- Jenniffer Vega- Esc. Ramón Rodríguez en Hormigueros
- Sharon Carrasquillo- En Fajardo





Día Mundial del Asma: concienciación sobre la enfermedad a nivel mundial

**Por: Lcda Ibis Montalvo Félix
Coordinadora Programa de Asma
Departamento de Salud de Puerto Rico**

El día mundial del asma es un evento anual, que se celebra el primer martes de mayo. El mismo, es celebrado desde el año 1998 bajo el auspicio de Global Initiative for Asthma (GINA). Su objetivo principal es educar y empoderar sobre el manejo y control del asma, así como crear conciencia sobre la condición. Este 7 de mayo GINA estará promoviendo el lema "Tú puedes controlar tu asma" (You can control your asthma) y estará utilizando la palabra STOP con su símbolo internacional, para recordarnos que debemos detener el asma. La palabra STOP está compuesta por una serie de palabras (acrónimo) que juntas, llevan un mensaje clave para toda la población. El significado de las siglas de **STOP** es: **S- Síntomas**, **T-Testar** o probar la respuesta que se obtiene con la medicación y medidas ambientales, **O-Observar** y evaluar al paciente de forma continua y **P- Proceder** ajustar el tratamiento y las medidas de control ambiental.

El Programa de Asma del Departamento de Salud, como todos los años, continuará realizando actividades para conmemorar el Día Mundial del Asma en Puerto Rico. Según los datos del Puerto Rico Behavioral Risk Factor Surveillance System (PR-BRFSS) 2017 y el Sistema de Vigilancia del Programa, en Puerto Rico 1 de cada 6 niños y 1 de cada 8 adultos en la isla padecen de la enfermedad del asma. Lo que indica que aproximadamente 125,000 niños y 330,000 adultos sufren de esta condición crónica, la cual no tiene cura, pero se puede controlar (PR-BRFSS, 2015 & 2017).

El asma es una enfermedad crónica que produce inflamación y estrechamiento de las vías respiratorias; mayor producción de mucosidad y una disminución en el aire que entra a los pulmones. Los síntomas más comunes del asma son: tos, dificultad para respirar, sibilancias (o pitido al respirar) y sensación de pecho apretado. Al establecer que son síntomas más comunes, nos referimos en que no necesariamente todas las personas con asma los presentarán todos. A su vez, es importante recalcar que estos pueden ser producidos por distintos desencadenantes como lo son: el polvo, el polen, el hongo, el humo de cigarrillos, la humedad, los olores fuertes y los cambios de temperatura, entre otros.

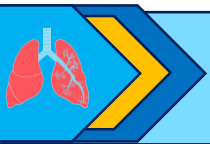
Para manejar y controlar la enfermedad del asma el Programa de Asma recomienda:

1. Visitar a su médico.
2. Administrarse el medicamento de control (todos los días, aunque la persona no tenga síntomas) y de rescate (tan pronto comienzan los síntomas) tal y cómo lo recetó el médico.
3. Solicitar el plan de acción para el asma al médico.
4. No fumar y evitar estar cerca de personas que fuman.
5. Identificar y controlar los provocadores del asma dentro del hogar, para evitar recaídas.
6. Llevar una dieta balanceada incluyendo frutas y vegetales.
7. Realizar actividad física, 30 minutos, 3 veces por semana.
8. Ingerir agua.
9. Vacunarse contra la influenza y la neumonía. Consultando siempre con el médico.

Recuerde el asma no se puede curar, pero SI se puede controlar. Para más información puede acceder a www.proyectoasmapr.com y nuestra página de Facebook Programa de Asma.

P19 enSalud

Agradecemos a la Yaniret Matías Ramos de la Revista enSalud por la publicación del artículo: Día Mundial del Asma: concienciación sobre la enfermedad a nivel mundial, escrito por la Lcda. Ibis Montalvo Félix, coordinadora del Programa de Asma del Departamento de Salud de Puerto Rico.



Contáctenos



Búscanos

Accede a nuestra página web www.proyectoasmapr.com y busca la sección EDÚCATE donde encontrarás material educativo con información relevante para el manejo y control del asma.



Escríbenos

Programa de Asma, Promoción de la Salud
PO Box 70184 San Juan, PR
00936-8184



Visítanos

Programa de Asma Promoción de la Salud Departamento de Salud, Edificio J
Barrio Monacillo Calle Maga
San Juan, PR 00921



Llámanos

Deseas más información de nuestros servicios y del Proyecto VIAS, comunícate al:
787-765-2929
Ext. 4114/4147/4145



Escríbenos

Deseas algún material educativo para tu escuela, oficina o comunidad escríbenos al:
proyectoasmapr@gmail.com
proyectoviaspr@gmail.com



Danos "like"

Visita la página Programa de Asma donde encontrarás información para el manejo y control del asma, nuestras actividades, materiales educativos y más.