

UNIDAD DE MANEJO Y CONTROL DE ASMA

BOLETÍN INFORMATIVO

MAYO 2025

EN ESTE BOLETÍN ENCONTRARÁS:

- Información general del Asma.
- Datos estadísticos de Asma en Puerto Rico.
- Uso correcto de nebulizadores portátiles.
- 4to Certamen de Artes del Día Mundial de Asma.



DEPARTAMENTO DE

SALUD

GOBIERNO DE PUERTO RICO

TABLA DE CONTENIDO

¿Quiénes somos?	3
Datos de asma en Puerto Rico.....	4
Aprendiendo sobre el asma.....	6
Día Mundial del Asma.....	6
Actividad de Premiaciones: 4to Certamen de Artes del Día Mundial del Asma.....	7
Diseños Ganadores: 4to Certamen de Artes del día mundial del asma.....	10
Proyecto VIAS.....	14
Desencadenantes de asma en el hogar.....	15
Los 5 principios para un hogar saludable.....	16
Nebulizador portátil.....	17
¿Cómo usar el nebulizador portátil correctamente?.....	18
¿Cómo limpiar el nebulizador portátil?.....	19
Mensaje del equipo.....	20
Próximos eventos.....	21
Información de contacto.....	22

¿QUIÉNES SOMOS?

La Unidad de Manejo y Control de Asma es un programa que pertenece a la Secretaría de Servicios para la Salud Integral del Departamento de Salud de Puerto Rico. Brindamos diversos servicios educativos con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas que viven con asma en Puerto Rico.

SERVICIOS

- Adiestramientos a profesionales de la salud que atienden niños, jóvenes y adultos con asma.
- Capacitación a maestros.
- Talleres a cuidadores de niños con asma.
- Educación a niños con asma en las escuelas (OAS).
- Visitas al hogar para la identificación y reducción de desencadenantes del asma. (VIAS)

VISIÓN

Adiestrar a personas con asma, familiares, personal escolar y profesionales de la salud de cada una de las regiones de salud de Puerto Rico para mejorar el manejo de esta condición.

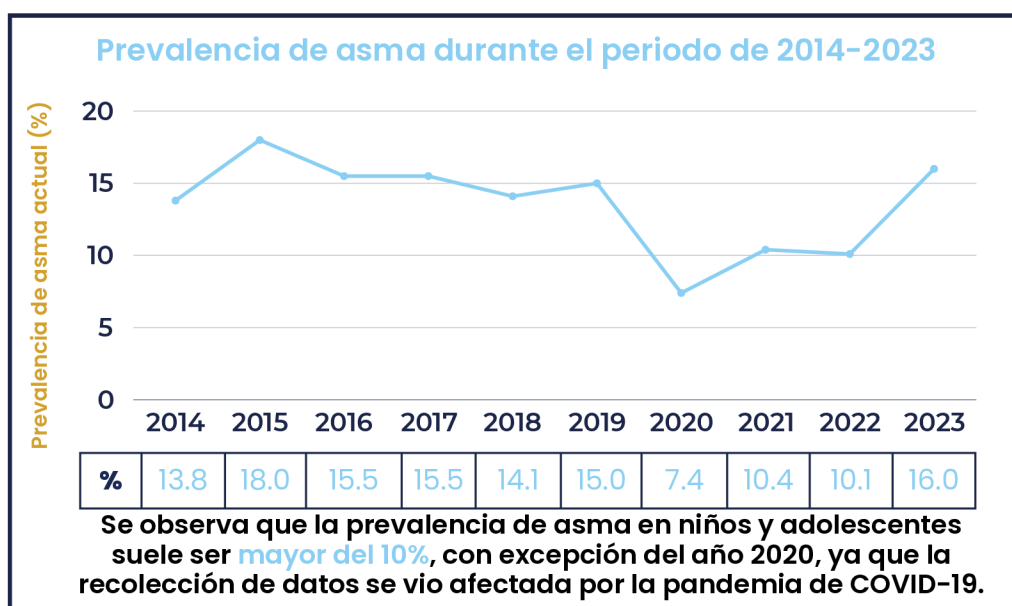
MISIÓN

Proveer recursos educativos basados en las estrategias EXHALE para el manejo y control del asma con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas que padecen de esta condición.

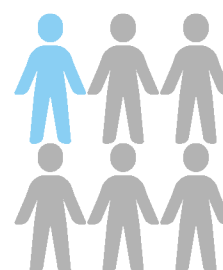


DATOS DE ASMA EN PUERTO RICO: NIÑOS Y ADOLESCENTES (2021-2023)

PREVALENCIA DE ASMA EN NIÑOS Y ADOLESCENTES DE 0 A 17 AÑOS EN PUERTO RICO



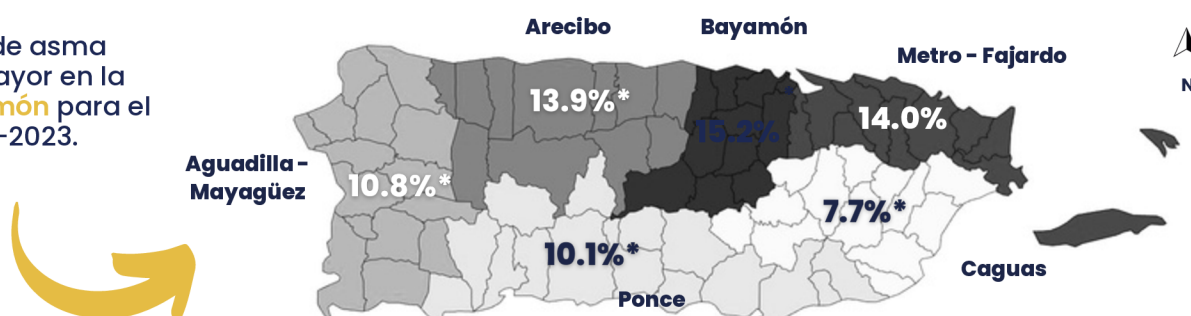
Aproximadamente **1** de cada **6** niños y adolescentes (**16.0%**) tienen asma.



Se estima que alrededor de **85,239** niños y adolescentes tienen asma en Puerto Rico.

PREVALENCIA DE ASMA POR REGIÓN DE SALUD

La prevalencia de asma aparenta ser mayor en la región de **Bayamón** para el periodo de 2021-2023.



2021-2023

Sexo

La prevalencia de asma aparenta ser mayor en los **niños**.

13.9%

Edad

La prevalencia de asma aparenta ser mayor en el grupo de **5 a 9 años**.

15.0%

Ingreso

La prevalencia de asma aparenta ser mayor en familias con un ingreso **menor de \$ 20,000**.

13.5%

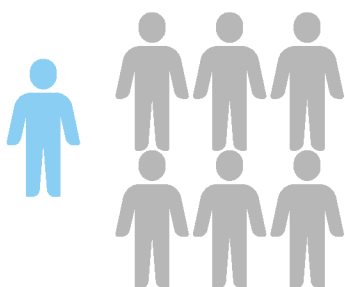
Cita bibliográfica sugerida: Ayala-Alvarado, E.I. Narváez-Sánchez, K. E., Vázquez-Figueroa, Saraí. (2024). *Niños y adolescentes con asma Puerto Rico, 2021-2023*. Unidad de Manejo y Control del Asma, Departamento de Salud de Puerto Rico.

*Aunque la frecuencia fue menor de 50, el error estándar relativo fue inferior al 30%. Por esta razón, la estimación se presentó siguiendo las recomendaciones de los CDC. Sin embargo, se debe tener cuidado al interpretarla.

DATOS DE ASMA EN PUERTO RICO: ADULTOS (2023)

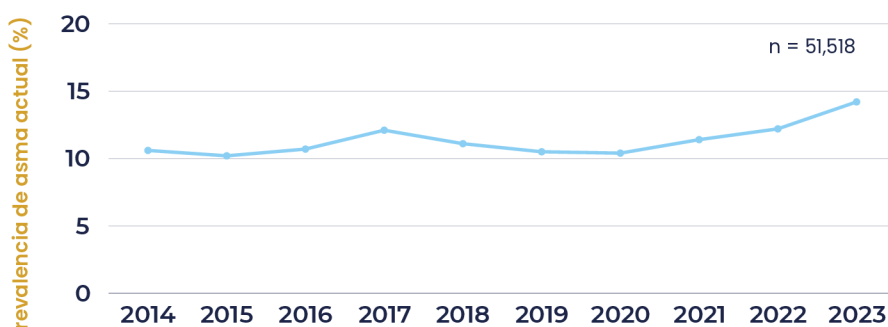
PREVALENCIA DE ASMA EN ADULTOS DE 18 AÑOS O MÁS EN PUERTO RICO

Aproximadamente **1** de cada **7** adultos (**14.1%**) tienen asma.



Se estima que alrededor de **381,849** adultos tienen asma en Puerto Rico.

Prevalencia de asma durante el periodo de 2014-2023



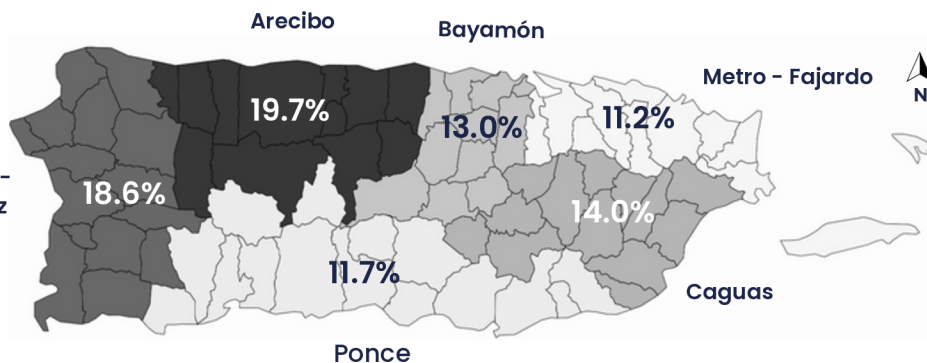
Se observa que la prevalencia de asma en adultos aparenta ser **mayor del 10%**, con excepción del año 2012, en el que los datos reflejaron ciertos cambios realizados en la metodología de la encuesta.

PREVALENCIA DE ASMA POR REGIÓN DE SALUD

La prevalencia de asma aparenta ser mayor en la región de **Arecibo** para el año 2023.



Aguadilla - Mayagüez



2023

Sexo

La prevalencia de asma aparenta ser mayor en las **mujeres**.

17.5%

Edad

La prevalencia de asma aparenta ser mayor en el grupo de **25 a 34** años.

17.5%

Ingreso

La prevalencia de asma aparenta ser mayor en personas con un ingreso **menor de \$20,000**.

16.8%

APRENDIENDO SOBRE EL ASMA

El asma es una enfermedad crónica (para toda la vida) que provoca que las vías respiratorias se inflamen y se estrechen. Con el tratamiento correcto, podemos mantenerla controlada y disminuir los síntomas más comunes que son la tos, la dificultad respiratoria, el silbido (pitillo) y la presión en el pecho.



DÍA MUNDIAL DEL ASMA

Desde 1999, el Día Mundial del Asma se conmemora cada año el primer martes mayo con el propósito de concientizar a la población acerca del asma, una enfermedad que afecta a más de 260 millones de personas alrededor del mundo.



Este año, la Unidad de Manejo y Control de Asma del Departamento de Salud elaboró varias actividades para ser portavoces de la importancia del manejo y control de esta condición. Esto incluyó el 4to Certamen de Artes del Día Mundial de Asma, en donde niños y jóvenes entre 4-17 años utilizaron su creatividad y compartieron su percepción sobre el asma.

ACTIVIDAD DE PREMIACIONES: 4TO CERTAMEN DE ARTES DEL DÍA MUNDIAL DEL ASMA

El pasado 3 de mayo de 2025, la Unidad de Manejo y Control de Asma del Departamento de Salud celebró las premiaciones del 4to Certamen de Artes del Día Mundial de Asma en el Parque de las Ciencias, ubicado en el municipio de Bayamón, Puerto Rico.

Con esta actividad, se impactaron alrededor de 100 personas, dando espacio para fomentar la concientización sobre el asma a través del arte y proveyendo un espacio reflexivo para que los participantes expresaran su visión sobre el impacto del asma en la vida diaria.

La agenda del evento incluyó un mural colaborativo alusivo al Día Mundial del Asma, una sesión educativa, el panel "Pregúntale a un Experto", con la colaboración de las Dra. Pedraza (Neumóloga Pediátrica), Dra. Nazario (Alergista Inmunóloga) y Dra. Palacio (Inmunóloga). También, la actividad contó con el testimonio y experiencia de una familia participante del Proyecto VIAS, la entrega de nebulizadores portátiles, el mensaje del Dr. Víctor Ramos, Secretario de Salud, y la entrega de premiaciones.



ACTIVIDAD DE PREMIACIONES: 4TO CERTAMEN DE ARTES DEL DÍA MUNDIAL DEL ASMA



ACTIVIDAD DE PREMIACIONES: 4TO CERTAMEN DE ARTES DEL DÍA MUNDIAL DEL ASMA



DISEÑOS GANADORES: 4TO CERTAMEN DE ARTES DEL DÍA MUNDIAL DEL ASMA

Categoría: Mejor Mensaje Educativo (4-11 años)



AMAHIA M. OTERO
9 AÑOS, CIALES



YOHARIS A. ROLDÁN
11 AÑOS, FAJARDO



NEYTHAN E. SANTIAGO
6 AÑOS, SAN JUAN

Categoría: Mejor Mensaje Educativo (12-17 años)



CAMILA S. RODRÍGUEZ
15 AÑOS, MOROVIS



DIANGELIS M. RIVAS
16 AÑOS, MOROVIS



DANGELYS GONZÁLEZ
17 AÑOS, ARROYO

DISEÑOS GANADORES: 4TO CERTAMEN DE ARTES DEL DÍA MUNDIAL DEL ASMA

Categoría: Creatividad Destacada (4-11 años)



NOAH C. JIMÉNEZ
10 AÑOS, RÍO GRANDE



ARAMIA L. ALONSO
6 AÑOS, CAGUAS



ÁNGELO DELGADO
9 AÑOS, CAMUY

Categoría: Creatividad Destacada (12-17 años)



JAISERY SÁNCHEZ
17 AÑOS, SAN JUAN



JULENISSE FIGUEROA
17 AÑOS, PATILLAS



ADRIANA SANTOS
15 AÑOS, MOROVIS

DISEÑOS GANADORES: 4TO CERTAMEN DE ARTES DEL DÍA MUNDIAL DEL ASMA

Categoría: Calcomanía Conmemorativa



PATRICIA COLOGNEE
14 AÑOS, AIBONITO

DESCRIPCIÓN DEL DISEÑO GANADOR

“Este dibujo representa una campaña de concienciación sobre el asma. En el centro se muestra un niño utilizando un inhalador, símbolo del tratamiento común para esta condición. A su lado, se ven unos pulmones ilustrados, y, al fondo, un lazo azul y morado, que es el símbolo de la concienciación del asma. Todo está enmarcado en un círculo azul con el texto “Conciencia sobre el asma” en la parte superior, acompañado de nubes que le dan un toque suave y esperanzador. El estilo es colorido y expresivo, ideal para llamar la atención y transmitir un mensaje importante de salud.”

DISEÑOS GANADORES: 4TO CERTAMEN DE ARTES DEL DÍA MUNDIAL DEL ASMA

Categoría: Calcomanía Conmemorativa



ARAM K. DELGADO
15 AÑOS, CAGUAS

DESCRIPCIÓN DEL DISEÑO GANADOR

“En mi primer diseño me inspiré en elementos relacionados al asma. Dibujé una silueta de una cara utilizando un inhalador para el asma. Al finalizar la mano, dibujé un logo azul verdoso conmemorativo del Día Mundial del Asma. Dibujé cómo el medicamento del inhalador entra en los pulmones y alivia el ataque de asma. El otro pulmón lo dibujé con colores opacos, pues representa la enfermedad. En la parte inferior, dibujé un medio planeta porque es una conmemoración a nivel mundial. Utilicé tonos verdes, azules y amarillos, colores representativos del asma.”

PROYECTO VIAS

VIAS es un proyecto de visitas interactivas sobre el asma en el hogar dirigido a menores de 4 a 17 años que no tienen el control de su enfermedad. Con este proyecto, la Unidad de Manejo y Control de Asma busca empoderar a los menores con asma y a sus padres, educándolos y ayudándoles a controlar la exposición a provocadores del asma dentro del hogar.

A medida que las familias aplican los conocimientos adquiridos para manejar y controlar el asma, es posible observar una reducción en las visitas a Sala de Emergencias y hospitalizaciones por asma.

REQUISITOS

- Ser residente de Puerto Rico.
- Menor de 4 a 17 años de edad con diagnóstico de asma.
- Haber tenido 2 visitas o más a sala de emergencias o 1 hospitalización por asma en el último año (12 meses).
- Haber utilizado corticoesteroides orales como decadrón, prednisona o prednisolone en los últimos 12 meses.

ESCANEA EL CÓDIGO QR
Y COMPLETA EL REFERIDO

**¡EL SERVICIO ES
GRATIS!**



DESENCADENANTES DE ASMA EN EL HOGAR

Los desencadenantes o provocadores de asma son aquellos elementos que exacerban o empeoran los síntomas de asma. Estos se encuentran en cualquier lugar y nuestros hogares no son la excepción. Algunos ejemplos de desencadenantes de asma en el hogar son los que se muestran en la imagen a continuación:



LOS 5 PRINCIPIOS PARA UN HOGAR SALUDABLE

Un hogar saludable puede ayudarnos a disminuir la mayoría de los desencadenantes o provocadores del asma para mantener un estilo de vida saludable y el asma bajo control.



Hogar seco y libre de humedad: Mantén la vivienda libre de goteras y evita que el agua de lluvia entre al hogar.



Eliminar contaminantes: Reduce el peligro relacionado al plomo reparando la pintura deteriorada (en viviendas construidas antes de 1978) y manteniendo los pisos y ventanas limpios.



Hogar seguro: Almacena productos químicos y venenosos fuera del alcance de los niños. Instala detectores de humo y de monóxido de carbono.



Mantenimiento: Controla las fuentes de polvo, limpiando constantemente. Revisa y repara los problemas menores en el hogar antes de que estos empeoren.



Eliminar las plagas: Almacena los alimentos en recipientes a prueba de plagas, mantén la basura cerrada y fumiga constantemente.

NEBULIZADOR PORTÁTIL

El nebulizador portátil es un dispositivo que administra los medicamentos para el asma en forma de vapor fino y constante a través de una boquilla o mascarilla.

Importante: Este dispositivo no sustituye el uso de la máquina de nebulización eléctrica, es un dispositivo que nos ayuda a continuar con el tratamiento médico en caso de alguna emergencia.



¿CÓMO USAR EL NEBULIZADOR PORTÁTIL CORRECTAMENTE?

- 1** Lávate bien las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos y déjalas secar al aire.
- 2** Conecta la boquilla o mascarilla al dispositivo y asegúrate de ajustarla correctamente.
- 3** Destapa y coloca dentro del vaso (que se encuentra en la parte de arriba del nebulizador) la cantidad del medicamento tal como lo recetó el médico.
- 4** Sujeta firmemente el dispositivo en posición recta y coloca la boquilla en la boca. Cierra los labios para que no se escape el medicamento. Si usas mascarilla, asegúrate de que quede bien ajustada, cubriendo la nariz y la boca.
- 5** Para encender el nebulizador, presiona y suelta el botón que dice (Start/Stop). Notarás que se enciende una luz verde y un vapor suave saldrá de la boquilla o de la mascarilla.
- 6** Respira normalmente por la boca hasta que el vaso del nebulizador portátil quede vacío o hasta que pare de salir vapor fino por la boquilla o mascarilla. Este proceso toma alrededor de 10 a 15 minutos.
- 7** Retira la boquilla de tu boca o la mascarilla y apaga el nebulizador presionando el mismo botón que utilizaste para encenderlo.
- 8** Enjuaga tu boca con agua para evitar infecciones, caries, hongos o úlceras en la boca. Si utilizas mascarilla, lava tu cara.

¿CÓMO LIMPIAR EL NEBULIZADOR PORTÁTIL?

- Lávate bien las manos.
- Retira la boquilla o mascarilla del dispositivo.
- Retira el vaso de medicina presionando el botón que se encuentra en la parte de atrás del dispositivo mientras mueves hacia el frente con mucho cuidado el vaso hasta que salga por completo.
- Introduce el vaso de medicamento en una solución que contenga **3 vasos de agua destilada y 1 vaso de vinagre blanco por 3 minutos**; utilizar jabón puede dañar el dispositivo.
- **Deja secar al aire.** Evita utilizar paños o servilletas para secar ya que pueden dejar rastros de partículas y ser inhaladas cuando utilice el dispositivo.



MENSAJE DEL EQUIPO

Reiteramos nuestro compromiso de continuar educando e identificando los desencadenantes de asma en los hogares de las familias que participan de nuestro Proyecto de Visitas interactivas sobre Asma en el Hogar (Proyecto VIAS) para disminuir las visitas a salas de emergencia y hospitalizaciones por asma en Puerto Rico.

Del mismo modo, nos comprometemos a seguir ofreciendo educación a maestros, estudiantes y a la comunidad en general para ayudar a las personas a conocer sobre el manejo y control del asma, mientras ayudamos a mejorar la calidad de vida de los niños que padecen de esta condición.

Siempre a la mayor disposición,

Keila E. Narváez Sánchez
Gerente de la Unidad

Wilmarie De Jesús Vera
Evaluadora

Estefanía Ayala Alvarado
Técnico de Epidemiología

Saraí Vázquez Figueroa
Educadora en Salud

Gabriela A. Serrano Cruz
Enfermera

Andrea N. Ramos Morales
Enfermera

Mirelys Valentín López
Promotora de Salud

Paola Casal Nazario
Promotora de Salud

PRÓXIMOS EVENTOS

Asma en la práctica:

Un encuentro para Profesionales de la Salud y la Educación

ASMA EN LA PRÁCTICA:

Un Encuentro para Profesionales
de la Salud y la Educación

15 | AGOSTO
2025

8:30 am – 1:30 pm

Hotel Hyatt Place, Bayamón



¡Regístrate!

Enlace de registro:
<https://redcap.link/lweflhh6>

Audiencia:

- **Médicos**
- **Enfermeros**
- **Educadores en salud**
- **Técnicos de cuidado respiratorio**



Información:

programa.asma@salud.pr.gov
787-765-2929 exts. 4148, 4156

¿Deseas conocer más información sobre nuestros servicios, coordinar talleres a la comunidad, estudiantes o cuidadores de personas con asma? En la Unidad de Manejo y Control de Asma estamos para servirte.



¡CONTÁCTANOS!

787-765-2929

Exts. 4101, 4145, 4148, 4149, 4150, 4156 o 4147
programa.asma@salud.pr.gov



DEPARTAMENTO DE
SALUD
GOBIERNO DE PUERTO RICO