

Image not found or type unknown



www.juventudrebelde.cu

Image not found or type unknown



Los niños aprovechan los equipos del balneario de Ciego Montero para ejercitarse. Autor: Glenda Boza Ibarra Publicado: 21/09/2017 | 07:03 pm

El campamento que «quita» el asma

Niños cienfuegueros que padecen la enfermedad han hecho sus mochilas en estos meses veraniegos para disfrutar de una singular iniciativa que les divierte y alivia

Publicado: Lunes 14 agosto 2017 | 10:31:42 pm.

Publicado por: Glenda Boza Ibarra, Pedro de León Fernández

CIEGO MONTERO, Palmira, Cienfuegos.— A Emilio le cuesta trabajo jugar a la pelota. Apenas corre un poco, se fatiga y debe sentarse. Nadie lo quiere en su equipo. «Si casi no puede llegar hasta primera, mucho menos podrá llegar al home», comentan sus amigos.

Mientras, para Andrea, el pitido en el pecho se ha hecho un sonido familiar, tan familiar como los ingresos en el hospital pediátrico. Desde niña ella era capaz de presagiar los cambios del clima sin ver el parte meteorológico. Su cuerpo siempre se los anunciaba. A los tres años tuvo su primera «predicción».

Jorgito no sabe cómo usar el salbutamol que su madre pone en la boca; mucho menos entiende la inflamación, la obstrucción intermitente y la hiperreactividad (incremento en la respuesta bronco constrictora) de las vías respiratorias. Él solo siente que casi no puede respirar. El ruido en el pecho lo desespera mucho.

Estas pueden ser las historias, parecidas o comunes, de una veintena de niños que comparten en un singular campamento veraniego, en el balneario cienfueguero Ciego Montero, donde se reúnen para aprender a lidiar con la enfermedad crónica que padecen: el asma.

«Hace aproximadamente tres años en la provincia se retomó la sensible y humanista propuesta de los

campamentos de verano para niños con diabetes y asma», asegura el doctor Alain Reyes Sebasco, vicedirector de Asistencia médica del hospital pediátrico Paquito González Cueto.

«Uno de los pilares fundamentales del tratamiento está relacionado con la educación, pues, por lo general, los niños enfermos reciben cierta sobreprotección por la familia. Aquí los separamos del hogar y pueden desarrollarse y aprender a vivir con su dolencia de manera independiente».

Si bien el principal objetivo es enseñarlos a controlar su padecimiento, «buscamos también que se diviertan. Para eso incluimos en el programa actividades recreativas, como viajes a la playa y visitas a museos», asegura Reyes Sebasco.

«Hay un aumento en la morbilidad de pacientes asmáticos en el mundo y en Cuba», sostiene Mercedes Fonseca Hernández, jefa de servicios de enfermedades respiratorias en el Paquito González Cueto.

«En Cienfuegos la mayoría de las personas aquejadas tiene seguimiento y control mediante las atenciones primaria y secundaria de salud, pero es necesario que los pacientes aprendan a mantener el tratamiento intercrisis, usar los esteroides inhalados, llamados espray, y practicar ejercicios físicos que pueden mejorar su calidad de vida», afirma la también especialista de segundo grado en Pediatría.

Con la participación de un equipo multidisciplinario, durante el campamento se le pone atención también a la dieta de los niños y se les indica cuáles alimentos deben o no consumir. Asimismo, aprenden los estímulos desencadenantes del asma: el cigarro, los perfumes, el talco, el esfuerzo físico, el estrés emocional y factores ambientales como la humedad, el polvo, la contaminación, los cambios en el clima y alérgenos. En los niños las crisis pueden ser provocadas por enfermedades como el resfriado común.

«Las condiciones del balneario son perfectas porque hacen actividades al aire libre y pueden usar, de manera controlada, las piscinas y los equipos de la instalación para la fisioterapia», explica la doctora.

Con varios años de experiencia en el tratamiento de niños asmáticos, el fisioterapeuta Jorge García González refiere que, además de ejercicios físicos, también realizan respiración abdominal, diafragmática y torácica, para que puedan expulsar mejor las secreciones, ya sea de pie, sentados o acostados. «Deben hacer este tipo de actividad tres veces al día, sobre todo al levantarse y antes de acostarse. Y pueden practicar normalmente cualquier deporte o actividad física mientras no se fatiguen».

A los asistentes al campamento se les enseñan, además, las técnicas para usar el espray, «porque no es aplicarlo y ya. Luego de usarlo deben cepillarse los dientes, enjuagarse la boca y tomar agua para evitar las reacciones secundarias de estos medicamentos», aclara la especialista Iliana García Rodríguez.

Fernando Rivalta Perera es parte de esta iniciativa por segunda ocasión. Hasta hace poco tenía que ingresar regularmente en el Pediátrico. Hoy se le ve jugar tranquilo, sin agitarse, pero vigila todo el tiempo a su hermana, también asmática, quien participa en el campamento por primera vez.

«En la casa somos tres con esta enfermedad: mi mamá, mi hermana y yo», cuenta Fernando, que con apenas 16 años lleva la cuenta de sus ingresos: 22. Los sabe de memoria, los recuerda con tristeza. «Me ponían sueros, no podía comer ni dulces. Cualquier cosa me fatigaba, salía de una crisis y entraba en otra. Soy asmático crónico y ahora estoy controlado, tanto que hace más de cinco años que no duermo en el hospital».

Ahora Fernando practica el tiro con arco en la EIDE Jorge Agustini, y comenta contento que ya aprendió a convivir con una enfermedad sin cura como esta. «El asma ahora no me limita, y el deporte me ayuda con

ejercicios de respiración para prevenir las crisis».

A Leidy Laura Rivalta Perera, la hermana de Fernando, le asisten igualmente grandes sueños pese a su padecimiento. «Por eso vine al campamento, para que nada me impida cumplir mi deseo de ser esgrimista», comparte feliz.

<http://www.juventudrebelde.cu/cuba/2017-08-14/el-campamento-que-quita-el-asma>

Juventud Rebelde | Diario de la juventud cubana
Copyright © 2017 Juventud Rebelde