



SPOTLIGHT *on* HEALTH

Enfoque en la salud

La EPOC y el asma

El asma y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) son afecciones que dificultan la respiración. Si tiene síntomas de asma o EPOC, es importante que hable con su proveedor de cuidados primarios para asegurarse de que está recibiendo el tratamiento adecuado. Obtenga más información en el interior.



COPD & Asthma

Asthma and chronic obstructive pulmonary disease (COPD) are conditions that make breathing difficult. If you have symptoms of asthma or COPD, it is important to talk to your Primary Care Provider to ensure you are getting the right treatment. Learn more inside.

[Allwell.SuperiorHealthPlan.com](https://www.Allwell.SuperiorHealthPlan.com)

SHP_20207413

Y0020_21_24285NEWSLTR_BIL_C_03152021

COPD & ASTHMA

Asthma is a lifelong inflammatory disease that affects the airways in your lungs. Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) is also an inflammatory disease that causes airflow blockage and breathing-related problems. Some people suffer from symptoms of both asthma and COPD, which is called asthma-COPD overlap syndrome (ACOS). People who have ACOS may experience more frequent or severe symptoms than asthma or COPD alone.

Although COPD, asthma and ACOS happen in your lungs, there are key differences between them.

LA EPOC Y EL ASMA

El asma es una enfermedad inflamatoria que dura toda la vida y que afecta las vías respiratorias de los pulmones. La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) también es una enfermedad inflamatoria que ocasiona el bloqueo del flujo de aire y problemas relacionados con la respiración. Algunas personas padecen síntomas tanto de asma como de EPOC, lo que se denomina síndrome de superposición asma-EPOC (SAOC). Las personas que padecen SAOC pueden experimentar síntomas más frecuentes o graves que los que producen el asma o la EPOC por sí solos.

Aunque la EPOC, el asma y el SAOC ocurren en los pulmones, existen diferencias clave entre ellos.



Asthma/Asma

- **Risk factors** include family history and allergies.
- **Symptoms** include wheezing and chest tightness.
- **Asthma** can be controlled with treatment prescribed by your provider.
- **Los factores** de riesgo incluyen los antecedentes familiares y las alergias.
- **Los síntomas** incluyen sibilancias y opresión en el pecho.
- **El asma** se puede controlar con el tratamiento recetado por su proveedor.



ACOS/SAOC

- **Risk factors** include previous asthma diagnosis and smoking.
- **Symptoms** include frequent coughing and tightness in the chest.
- **Treatment** for ACOS depends on symptoms.
- **Los factores** de riesgo incluyen el diagnóstico previo de asma y el tabaquismo.
- **Los síntomas** incluyen tos frecuente y opresión en el pecho.
- **El tratamiento** para el SAOC depende de los síntomas.



COPD/EPOC

- **Risk factors** include smoking.
- **Symptoms** include a cough that brings up phlegm.
- **COPD** gets worse over time, but can be managed with treatment prescribed by your provider.
- **Los factores** de riesgo incluyen el tabaquismo.
- **Los síntomas** incluyen tos que provoca flema.
- **La EPOC** empeora con el tiempo, pero se puede controlar con el tratamiento recetado por su proveedor.

Talk to your Primary Care Provider (PCP) if you have any symptoms of COPD and/or asthma. These diseases are not treated in the same way, so it is important to have an accurate diagnosis. It is important for your provider to know your health history and whether you smoke. Your provider may prescribe one or more medications to help you breathe more easily. Follow your provider's instructions carefully to make sure your medications work correctly. You can also talk to your pharmacist if you have questions about your medication doses, possible side effects and interactions with other medications you may be taking.

Source: American Lung Association

Hable con su proveedor de cuidados primarios (PCP) si tiene algún síntoma de EPOC y/o asma. Estas enfermedades no se tratan de la misma manera, por lo que es importante tener un diagnóstico preciso. Es necesario que su proveedor conozca su historia clínica y que sepa si usted fuma. Su proveedor puede recetarle una o más medicinas para ayudarlo a respirar más fácilmente. Siga cuidadosamente las instrucciones de su proveedor para asegurarse de que sus medicinas funcionen correctamente. También puede hablar con su farmacéutico si tiene preguntas sobre las dosis de sus medicinas, así como los posibles efectos secundarios y las interacciones con otros fármacos que pueda estar tomando.

Fuente: American Lung Association



If you need help making an appointment with your PCP, please call Member Services at **1-844-796-6811 (HMO), 1-877-935-8023 (HMO SNP)**. From October 1 to March 31, you can call us 7 days a week from 8 a.m. to 8 p.m. From April 1 to September 30, you can call us Monday through Friday from 8 a.m. to 8 p.m. A messaging system is used after hours, weekends, and on federal holidays.



Si necesita ayuda para programar una cita con su PCP, llame a los Servicios para miembros al **1-844-796-6811 (HMO), 1-877-935-8023 (HMO SNP)**. Entre el 1.º de octubre y el 31 de marzo, puede llamarnos los 7 días de la semana, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m. Entre el 1.º de abril y el 30 de septiembre, puede llamarnos de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m. Se usa un sistema de mensajería para las llamadas fuera del horario laboral habitual, los fines de semana y los días festivos federales.



Forum II Building
7990 IH 10 West, Suite 300
San Antonio, TX 78230

SPOTLIGHT *on* HEALTH

Enfoque en la salud

Health and wellness or prevention information.
Información de salud y bienestar o prevención.

2021 / ISSUE 2 / EDICIÓN 2

If you use tobacco products and have COPD, the most important thing you can do is quit smoking. Talk to your PCP about how to quit smoking. If you have asthma, measuring your peak flow rate regularly can help you tell whether your asthma is getting worse. If you have questions about how to obtain a peak flow meter, talk to your Care Manager or call Member Services.

Si consume productos derivados del tabaco y tiene EPOC, lo más importante que puede hacer es dejar de fumar. Hable con su PCP sobre cómo dejar de fumar. Si tiene asma, medir el flujo espiratorio máximo con regularidad puede ayudarlo a saber si el asma está empeorando. Si tiene preguntas sobre cómo obtener un espirómetro, hable con su administrador de atención o llame a los Servicios para miembros.