

# A Todo Pulmón: La Historia de la Laguna Salton Sea

Por Yuki Murayama



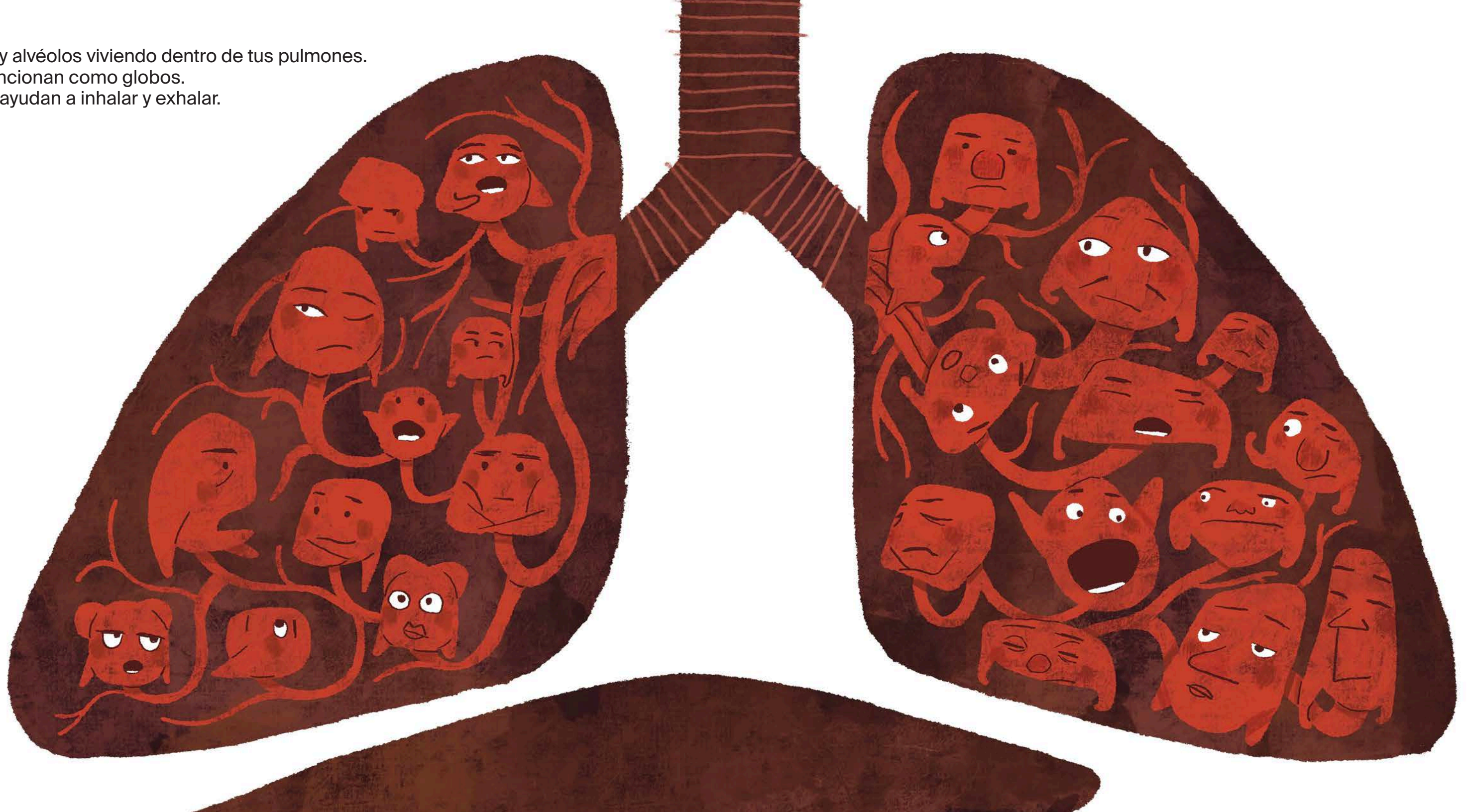
# A Todo Pulmón

La Historia de  
la Laguna Salton Sea

Por Yuki Murayama



Hay alvéolos viviendo dentro de tus pulmones.  
Funcionan como globos.  
Te ayudan a inhalar y exhalar.





Cuando corres afuera,  
los alvéolos te ayudan a correr.

Hay mucho polvo,  
parásitos, moho, polen y virus  
en el suelo de las tierras  
los cultivos.



Se escabullen dentro de La Laguna  
Salton Sea con la corriente contaminada.



Mientras tanto, el lago se pone


más salado

y

más salado

como una sopa salada.





En días secos, el polvo,  
moho, polen y virus

¡Flotan en el aire!



Cuando estás en un carro,



cuando montas en bicicleta,



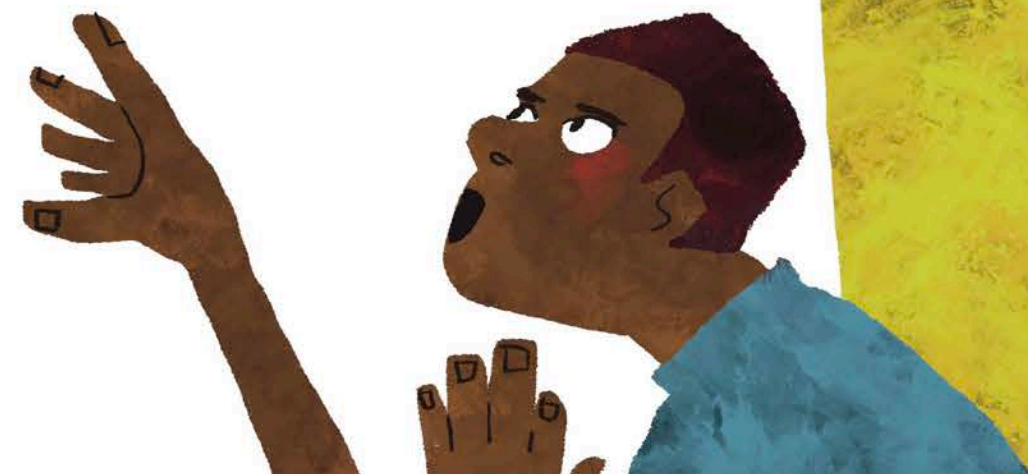
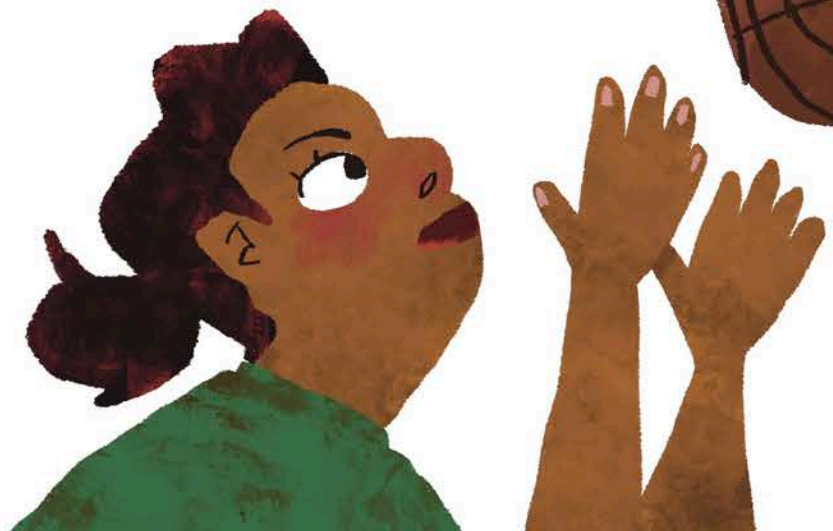
cuando cantas una canción,



cuando bailas...



cuando lanzas una pelota,



Los respiras.

¡Y se **ATORAN!**

Causando inflamación.



**MOCO**



Por eso los alvéolos en tus pulmones no pueden respirar.

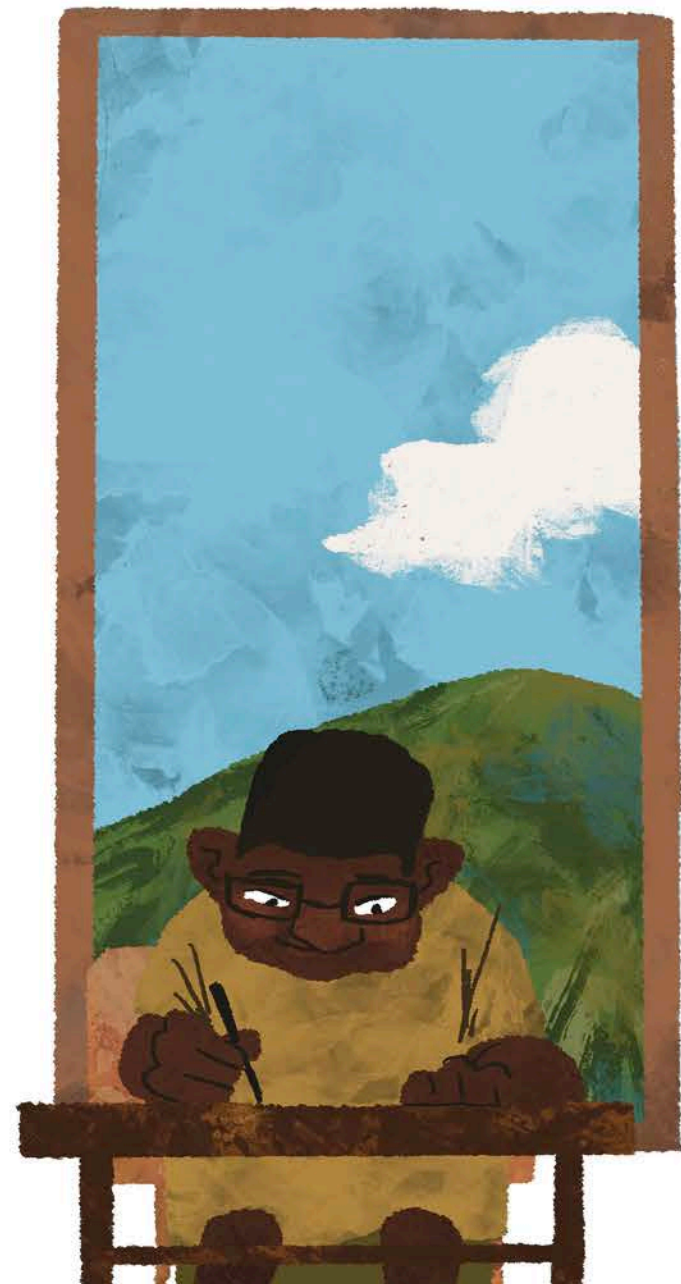
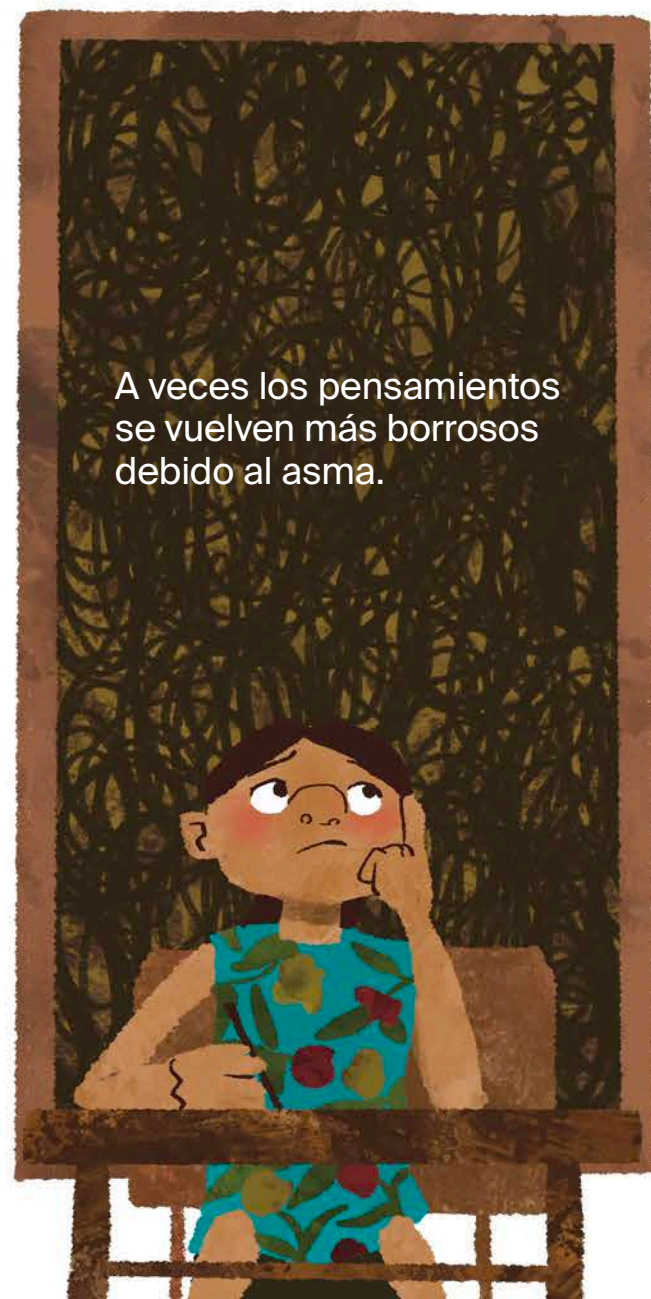
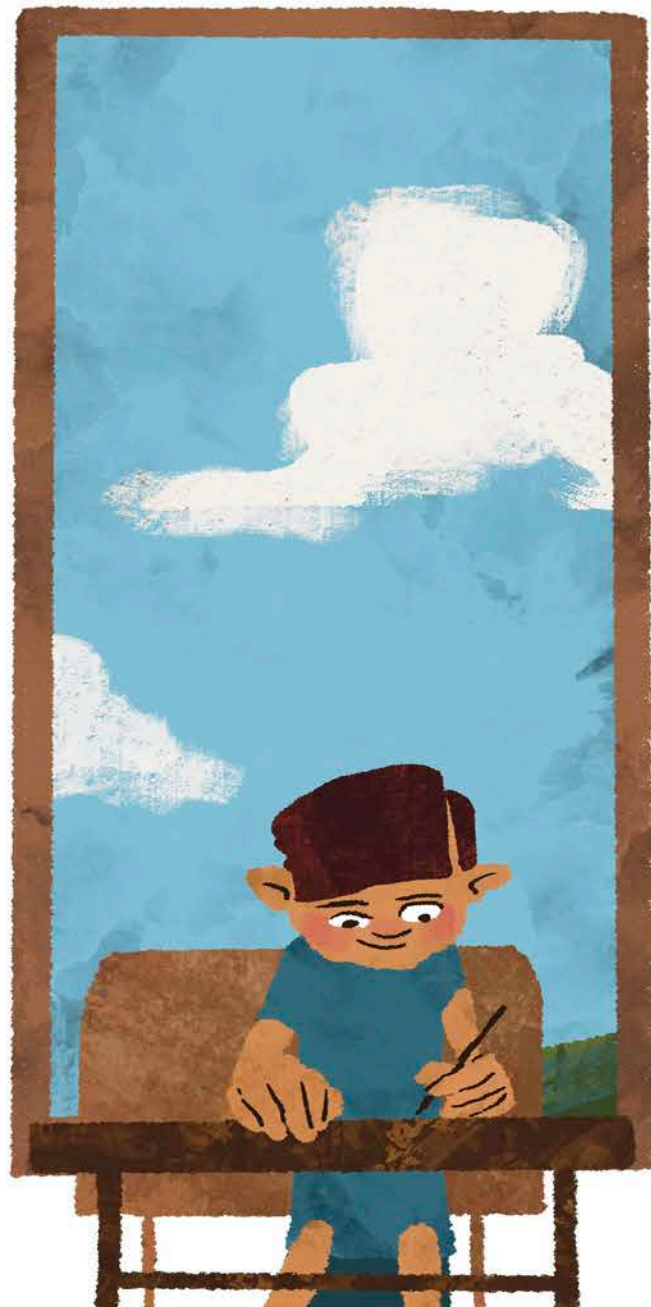


Ahora, no puedes inhalar y exhalar bien.

A esto le llamamos **ASMA**.

Es posible que sientas dificultad para respirar, dolor en el pecho o escuchar silbidos al respirar.





Incluso cuando te conviertes en adulto,  
el asma todavía interfiere con tus actividades diarias.

El asma no se puede curar, ¡pero los síntomas se pueden controlar!

¡Usa un inhalador!



¡Pregunta y trabaja  
con tu médico!



¡Realiza un seguimiento de  
tus síntomas para ver cómo están  
funcionando tus pulmones!





Muchas personas están trabajando todos los días para salvar la Laguna Salton Sea.

Los científicos de UC Riverside están investigando qué tipo de irritante de la Laguna Salton Sea causa asma.

# Recursos

## Centro de Investigación de Disparidades de Salud en UC Riverside

Sitio web: [healthdisparities.ucr.edu](http://healthdisparities.ucr.edu)  
Email: [healthdisparties@medsch.ucr.edu](mailto:healthdisparties@medsch.ucr.edu)

El Centro tiene como objetivo informar el diálogo sobre la inequidad de la salud. El Centro BREATHE anualmente organiza talleres para hablar sobre ecología regional, toxinas aerosolizadas y efectos en la salud.

Visite el sitio web del Centro de Investigación de Disparidades de Salud ([healthdisparities.ucr.edu](http://healthdisparities.ucr.edu)) para más información.



# Vocabulario

## Alveolo

Sustantivo plural: alveolos  
Un alveolo es un pequeño saco de aire del pulmón. Ayudan el intercambio de oxígeno en la sangre y dióxido de carbono mientras inhala y exhala.

## Inflamación

La inflamación es tu cuerpo luchando contra cosas dañinas como virus y bacterias. Cuando ocurre la inflamación, parte de tu cuerpo se enrojece, se hincha y, a menudo, duele.





