

A Todo Pulmón: La Historia de la Laguna Salton Sea

Por Yuki Murayama



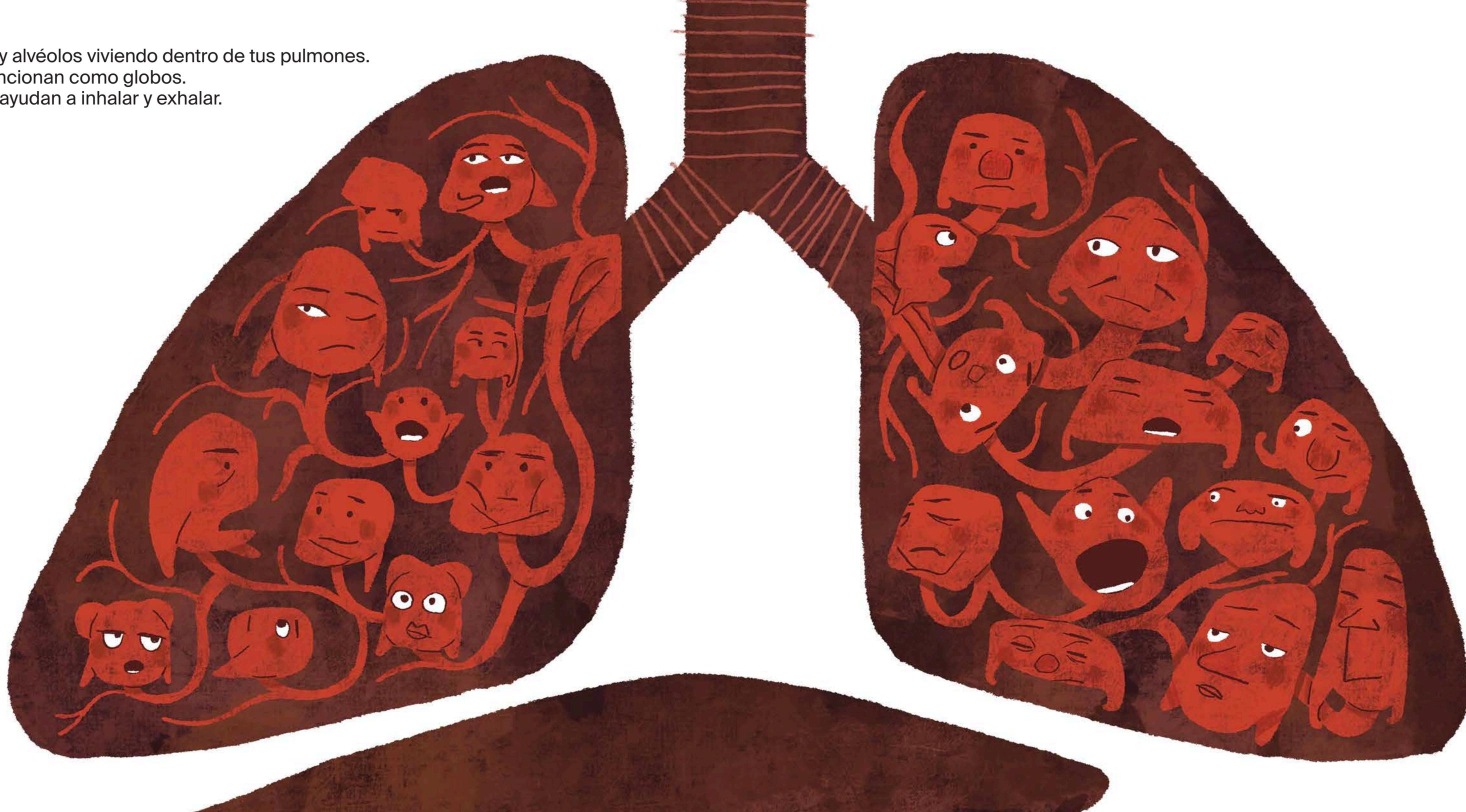
A Todo Pulmón

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,



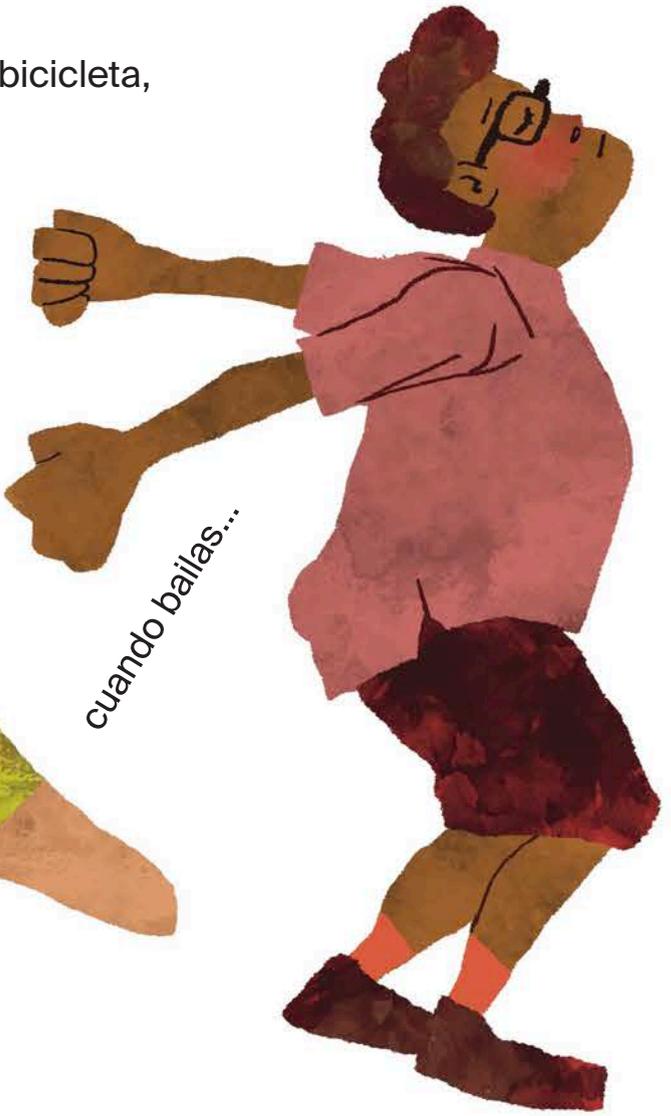
cuando montas en bicicleta,



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.

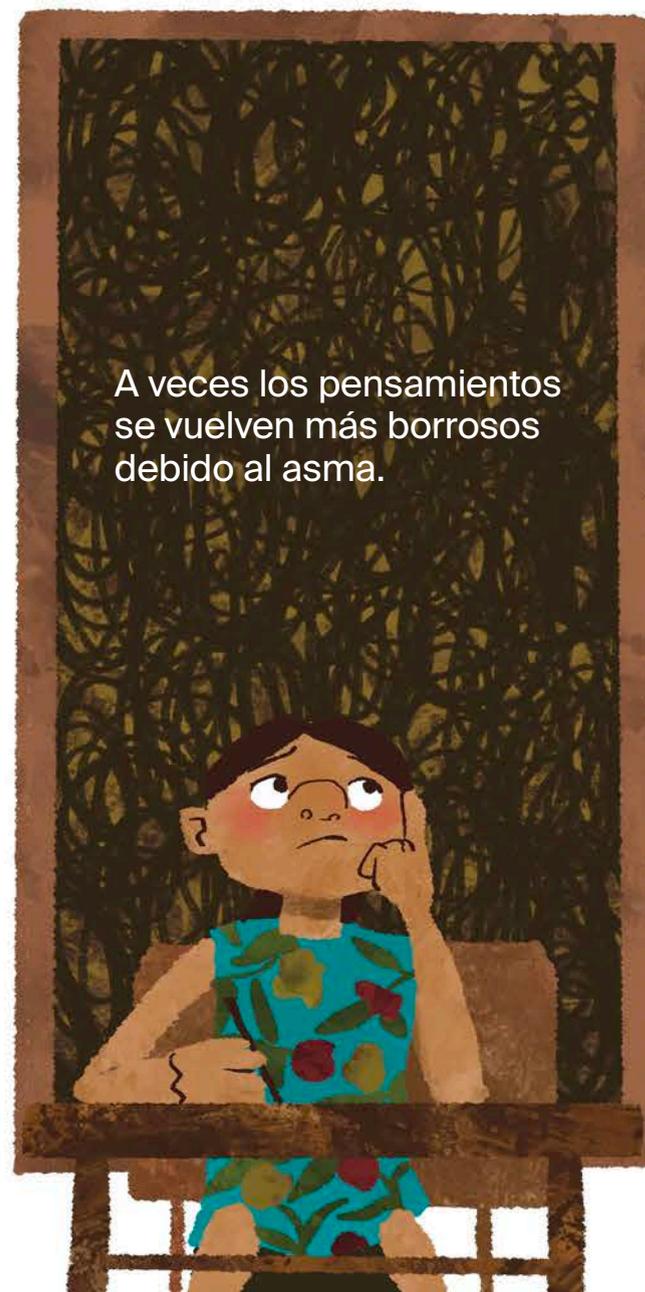


Ahora, no puedes inhalar y exhalar bien.

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
Email: 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) 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.



