

## PLAN DE ACCIÓN PARA EL ASMA

The Children's Hospital  
Programa de Tratamiento  
para el Asma

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Médico o Clínica: \_\_\_\_\_

Número Telefónico: \_\_\_\_\_

www.coloradoguidelines.org

www.asthmacolorado.org

www.thechildrenshospital.org

Comunicate con: Julie Gannon RN 720-777-4701  
si tienes preguntas o preocupaciones

<p><b>ZONA VERDE</b> <b>Te sientes bien</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sin tos, sibilancia o falta de aliento</li> <li>• Puedes hacer las actividades habituales</li> </ul> <p>○ si usas el medidor de flujo máximo, el flujo máximo es por lo menos: _____</p> <p>(80% ó más del mejor* flujo máximo)</p> <p>Mejor* flujo máximo: _____</p> <p>(*Esta es tu mejor medida de flujo máximo que has alcanzado continuamente cuando estabas bien el año pasado.)</p>	<p><b>Objetivo personal del asma: estar menos enfermo con menos frecuencia.</b></p> <p><b>Toma estos medicamentos todos los días para el control a largo plazo:</b></p> <p>Nombre del medicamento:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Para los inhaladores con dosis medidas se recomienda el uso de una Cámara con válvula</li> <li>• Evita el humo del cigarrillo</li> <li>• Evita aquellas cosas a las que eres alérgico (si se desconocen habla de los Estudios con tu médico)</li> <li>• Visita a tu médico cada 1 a 6 meses para el cuidado preventivo</li> <li>• Puedes inhalar dos bocanadas de albuterol o xopenex de 10 a 60 minutos <b>antes de hacer ejercicio.</b></li> </ul>
<p><b>ZONA AMARILLA</b> <b>Precaución</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tos o sibilancia o falta de respiración</li> <li>• Te despiertas por la noche con síntomas</li> </ul> <p>○ El flujo máximo está entre _____ y _____ (50% al 80% del mejor)</p>	<p><b>Toma tus medicamentos de la ZONA VERDE y además para aliviar los síntomas rápidamente, toma:</b></p> <p>Medicamento de rápido alivio cada cuatro horas según lo necesites (utiliza la cámara con válvula para los inhaladores)</p> <p><b>Si ha permanecido en la zona amarilla por más de 24 horas, llame a su médico.</b></p>
<p><b>ZONA ROJA</b> <b>¡Alerta médica!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Falta de respiración</li> <li>• Tos o sibilancia que no se alivia con medicamentos</li> <li>• No puedes realizar actividades</li> </ul> <p>○ • Medida de flujo máximo inferior a _____ (50% del mejor)</p>	<p><b>1. Si estas extremadamente corto de respiración llama al 911 inmediatamente.</b></p> <p><b>2. Si su hijo no responde con el albuterol o necesita xopenex o albuterol con mayor frecuencia a cada 4 horas, llame a su médico para que le atienda de inmediato o acuda a la sala de urgencias. Puede repetir el alivio rápido cada 20 minutos por un total de 3 dosis mientras acude al consultorio médico o a la sala de urgencias. También puede iniciar _____.</b></p> <p>Recuerde que el xopenex y el albuterol sólo son broncodilatadores de rápida acción para un alivio temporal. Los corticoesteroides se necesitan para controlar la inflamación en los pulmones, la cual es la causa real de los síntomas.</p>

Adapted from the National Asthma Education and Prevention Program Expert Panel Report 2: Guidelines for the Diagnosis and Management of Asthma (1997). This guideline is designed to assist the clinician in the management of asthma. This guideline is not intended to replace the clinician's judgment or establish a protocol for all patients with a particular condition. Approved by the Patient Family Education committee © 2007 The Children's Hospital, Aurora, Colorado Revised 2007