American Lung Association.

Plan de acción contra el asma para el hogar y la escuela

Nombre: _____ Fecha de nacimiento: ____ / ____ / _____

Clasificación de gravedad: ☐ Intermitente ☐ Persistente leve ☐ Persistente moderado ☐ Persistente grave

Desencadenantes del asma (lista): _____

Mejor marca personal del flujómetro: _____

Zona verde: Anda bien

Síntomas: La respiración es buena – Sin tos ni resuello – Puede trabajar y jugar – Duerme bien a la noche

Flujómetro _____ (más del 80% de la mejor marca personal)

Vacuna contra la gripe—Fecha de aplicación: _____ Fecha de próxima vacuna contra la gripe:_____

Vacuna contra la COVID-19—Fecha de aplicación: _____

Medicamento/s de control	Medicamento	Cuánto tomar	Cuándo y con qué frecuencia tomarlo
	_____	_____	_____
	_____	_____	_____

Actividad física ☐ usa albuterol/levalbuterol ___ puffs, 15 minutos antes de la actividad ☐ con todas las actividades ☐ cuando siente que la necesita

Zona amarilla: Precaución

Síntomas: Algunos problemas de respiración – Tos, resuello, u opresión en el pecho – Problemas para trabajar o jugar – Se despierta a la noche

Flujómetro _____a _____ (entre 50% y 79% de la mejor marca personal)

Medicamento/s de alivio rápido ☐ Albuterol/levalbuterol _____ Inhalaciones cada 20 minutos por hasta 4 horas segun sea necesario

Medicamento/s de control ☐ Continuar con los medicamentos de la Zona verde

☐ Agregar _____ ☐ Cambiar por _____

El niño se debe sentir mejor dentro de 20-60 minutos del tratamiento de alivio rápido. Si el niño empeora o está en la Zona amarilla durante más de 24 horas, siga las instrucciones de la ZONA ROJA y llame al médico inmediatamente.

Zona roja: ¡Consigue ayuda ahora!

Síntomas: Muchos problemas de respiración – No puede trabajar o jugar – Empeora en vez de mejorar – El medicamento no ayuda **Flujómetro** _____ (menos del 50% de la mejor marca personal)

¡Tome el medicamento de alivio rápido AHORA! ☐ Albuterol/levalbuterol _____ puffs, _____(con qué frecuencia)

Llame al 911 inmediatamente si presenta las siguientes señales de peligro • **Dificultad para caminar/hablar debido a la falta de aire**

• Labios o uñas azules • Sigue en la zona roja después de 15 minutos

Personal escolar: Siga las instrucciones de la Zona amarilla y roja respecto de los medicamentos de alivio rápido de acuerdo con los síntomas del asma. Los únicos medicamentos de control que podrán administrarse en la escuela son los que figuran en la Zona verde con una tilde junto a "Tomar en la escuela".

☐ Tanto el proveedor de atención médica como el padre/tutor consideran que el niño ha demostrado capacidad para llevar y auto-administrarse su inhalador de alivio rápido, incluida la capacidad de avisar a un adulto si los síntomas no mejoran después de tomar el medicamento.

Proveedor de atención médica

Nombre_____ Fecha_____ Teléfono (_____) _____ - _____Firma_____

Padre/tutor

☐ Autorizo que un enfermero u otro personal escolar administren en la escuela los medicamentos que figuran en el plan de acción según corresponda. Autorizo la comunicación entre la clínica o el proveedor de atención médica que prescribe, el enfermero de la escuela, el asesor médico de la escuela y los proveedores de la clínica de salud ubicada en la escuela que sea necesaria para el control del asma y la administración de este medicamento.

Nombre_____ Fecha_____ Teléfono (_____) _____ - _____Firma_____

Enfermero de la escuela

☐ El estudiante ha demostrado capacidad para llevar y auto-administrarse su inhalador de alivio rápido, incluida la capacidad de avisar a un adulto si los síntomas no mejoran después de tomar el medicamento.

Nombre_____ Fecha_____ Teléfono (_____) _____ - _____Firma_____

Cómo us un inh l do d dosis m edid con cám a d t nción con válvul (s ci do)

P un inh l do nu vo: Antes de usar o por primera vez, si eva más de 7 días sin usar o, o si se e ha caído.



1. Agite e inha ador durante 10 segundos.



2. Quite a tapa de inha ador y a cámara de retención con vá vu a. Verifi ue ue a bo ui a y a cámara de retención con vá vu a estén impias y ue no haya nada dentro de a bo ui a.



3. Co o ue e inha ador en a cámara/ espaciador.



4. Exha e a ejándose de dispositivo.



5. Co o ue a bo ui a de a cámara en a boca.



6. Presione e inha ador una vez e inspire de forma profunda y constante.



7. Mantenga a respiración durante 10 segundos, uego exha e entamente.

   Si necesita otra dosis de medicamento, espere 1 minuto y repita os pasos 4 a 7.



8. Enjuáguese con agua y escúpa a.

Una técnica de inha ación adecuada es importante cuando toma sus medicamentos para e asma y contro a su respiración. Asegúrese de evar todos sus medicamentos y dispositivos a cada visita con su proveedor de atención primaria o farmacéutico para comprobar e uso correcto o si tiene prob emas para usar os.

Para más videos, fo etos, tutoria es y recursos, visite Lung.org.

Escanee e código QR para acceder a os videos instructivos

También puede ponerse en contacto con un terapeuta respiratorio para recibir apoyo personalizado y gratuito de la línea de ayuda pulmonar de la American Lung Association al **1-800-LUNGUSA**.

©2022 American Lung Association. Todos los derechos reservados. (SEP 2022)