

El plan de acción de asma

Las personas que tienen asma deben tener un plan de tratamiento y manejo establecido por su profesional de la salud. Dicho plan de acción es un mapa especial para cuidar el asma todos los días. Los planes de acción pueden tener dos o tres zonas.

El plan de acción de dos zonas tiene una zona de control y una zona sin control. Los medicamentos que le da a su hijo dependen de la zona en que él se encuentre.

El plan de acción de asma de tres zonas usa: el verde, el amarillo y el rojo, tal como un semáforo. Los medicamentos que le da a su hijo dependen de la zona en que él se encuentre. Las tres zonas de la respiración son:

La zona verde: ¡ADELANTE! (asma controlada). Su hijo NO tiene tos, sibilancias, opresión en el pecho o dificultad para respirar. Su hijo puede correr y jugar sin dificultad; duerme bien en la noche; su flujo máximo está entre 80% y 100% de su mejor lectura personal. **Esto indica que el asma está bien controlada.** Dele los medicamentos relacionados en la lista de la zona VERDE.



La zona amarilla: ¡PRECAUCIÓN! (está perdiendo el control). Su hijo tiene tos, sibilancias, opresión en el pecho o dificultad para respirar. Puede ser que tenga algo de dificultad al correr y jugar. Puede que tenga algunos síntomas que interfieren con el sueño. Su flujo máximo está entre 50% y 80% de su mejor lectura personal. **Esto indica que están perdiendo control del asma de su hijo.**

Llame a su profesional de la salud si los síntomas de su hijo no mejoran, si empeoran o si no regresa a la zona verde en 24 a 48 horas.



El actuar rápidamente puede impedir que el asma empeore. Dele los medicamentos de LA ZONA AMARILLA. Siga revisando los síntomas cada 4 horas hasta que su hijo regrese y quede en la Zona verde por 24 a 48 horas, luego regrese a las instrucciones de la Zona verde.

La zona roja: ¡PARE! (asma FUERA de control). Su hijo tiene tos, sibilancias, opresión en el pecho o dificultad para respirar. La piel entre las costillas, debajo de la garganta o en ambas partes puede sumirse (retraerse) cuando respira. No puede correr ni jugar sin dificultad y tiene síntomas que interfieren con el sueño. Su medida de flujo máximo está al 50% o menos de su mejor lectura personal.

Esta es una emergencia de salud. Dele inmediatamente a su hijo el medicamento de alivio y llame o vaya a la sala de urgencias.

