

# Plan de tratamiento: ¿cómo llevarlo adelante?

Elabore un Plan de Acción para el asma con su médico. Un Plan de Acción para el asma puede ayudarle a controlar los síntomas del asma. El plan se basa en sus síntomas y niveles de flujo espiratorio máximo, que le permitirán descubrir cuál es la "zona" que le corresponde. El médico escribirá el nombre del medicamento que debe tomar en cada zona.

Nombre: \_\_\_\_\_  
 Fecha: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_  
 Médico / Teléfono: \_\_\_\_\_  
 Mejor lectura de flujo espiratorio máximo cuando me siento bien: \_\_\_\_\_  
 Emergencias: llame al 911

**VERDE: CONTINUAR**

- No hay tos ni sibilancia
- Puedo trabajar y jugar

**AMARILLO: PRECAUCIÓN**

- Tos o sibilancia
- Presión en el pecho
- Interrupción del sueño por la noche

**ROJO: PELIGRO**

- El medicamento de acción rápida (de rescate) no da resultado
- La respiración es difícil y acelerada
- No puedo caminar o hablar bien

## Respiración correcta.

Flujo espiratorio máximo superior a: \_\_\_\_\_

MEDICAMENTO	DOSIS	HORARIO DE LA DOSIS

## Ataque de asma.

Flujo espiratorio máximo entre: \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_

MEDICAMENTO	DOSIS	HORARIO DE LA DOSIS

## Ataque de asma grave.

Lectura de flujo espiratorio máximo inferior a: \_\_\_\_\_ **¡SOLICITE AYUDA MÉDICA DE INMEDIATO!**

MEDICAMENTO	DOSIS	HORARIO DE LA DOSIS