

Diario del Asma: cómo trabajar junto al médico de su hijo

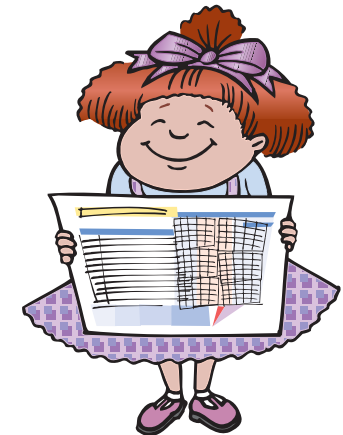
Para poder controlar el asma de su hijo, usted debe conocer los **síntomas** de un ataque de asma (resuello asmático, tos, actividad, sueño). Además, usted debe aprender cuáles son los **disparadores (causas)** que provocan dichos síntomas. El presente **Diario del asma** puede ser de utilidad para que el médico de su hijo y usted puedan desarrollar un plan de tratamiento personalizado. Además, contribuirá a que el médico pueda evaluar si el plan está funcionando adecuadamente.

Si el médico de su hijo prescribe el uso de un medidor del flujo máximo pulmonar, anote su **mejor número de flujo máximo pulmonar** en el espacio que se encuentra en la parte superior derecha del diario. Consulte al médico o a la enfermera cómo medir ese número. Liste los nombres de los medicamentos que su hijo debe tomar en los espacios ubicados en la parte superior de la columna de "Medicamentos."

Usted debe completar lo siguiente, todos los días:

- Fecha:** Complete la fecha
- Disparadores (Causas) / Comentarios:** Escriba las causas que usted considera que provocaron el ataque de asma o los síntomas que su hijo presentó. Anote dónde se encontraba el niño, qué estaba haciendo en ese momento y que estaba haciendo exactamente antes de que dichos síntomas se presentaran. Anote si el niño sufría de un resfriado, si su nariz goteaba o si sufría de un dolor de oídos.

- Síntomas de asma:** Utilice a modo de referencia los indicadores que se encuentran en el cuadro ubicado al final de la página para describir los síntomas de su hijo. Por ejemplo, si no tosió en las últimas 24 horas, coloque un "cero" en la columna de "tos". Si sufría de una tos frecuente, escriba 2 en ese espacio. **El niño no debería presentar ninguno de los síntomas si su asma se encuentra bien controlada.**
- Medicamentos:** Coloque un número en el casillero que se encuentra debajo de cada medicina para indicar cuantas veces tomó esa medicina durante las últimas 24 horas.
- Puntajes diarios del flujo máximo pulmonar:** Anote los puntajes diarios del flujo máximo pulmonar correspondientes a la mañana (AM) y a la tarde/noche (PM) en los casilleros de ese día. (El médico le indicará en que horarios usted deberá tomar las mediciones).



Diario del Asma de <u>Rachel</u> <small>nombre del niño</small>		Síntomas de asma					Medicamentos			Número del mejor flujo máximo pulmonar obtenido
Fecha	Disparadores (Causas)/Comentarios	Resuello asmático	Tos	Actividad	Sueño	Venceril	Preventil			
10-9	Nariz que gotea, tos seca	0	1	0	0	2x	0			200
10-10	Despierto, se quejó de tener la nariz congestionada	0	1	0	2	2x	0			160
10-11	Tos húmeda, no desea comer, ojeras	0	2	2	3	2x	3x			100
	Preventil con nebuliz	0	1	3	2	2x	4x			180



Pritchett & Hull Associates, Inc.
3440 Oakcliff Rd, NE, Suite 110
Atlanta, GA 30340-3079
1-800-241-4925

La presente información proviene del folleto publicado por Pritchett & Hull:
¡Niños respirando en libertad! – Una guía para padres para el tratamiento de niños asmáticos