

# Cuadro de Medición de Flujo Máximo Pulmonar

nombre de niño \_\_\_\_\_

El mejor puntaje del flujo máximo pulmonar es:  (100%)  
 x 0.8 = (80%)  
 x 0.5 = (50%)

**PARE**

puntaje de 50%

**DESACELERE**

puntaje de 80%

**SIGA**

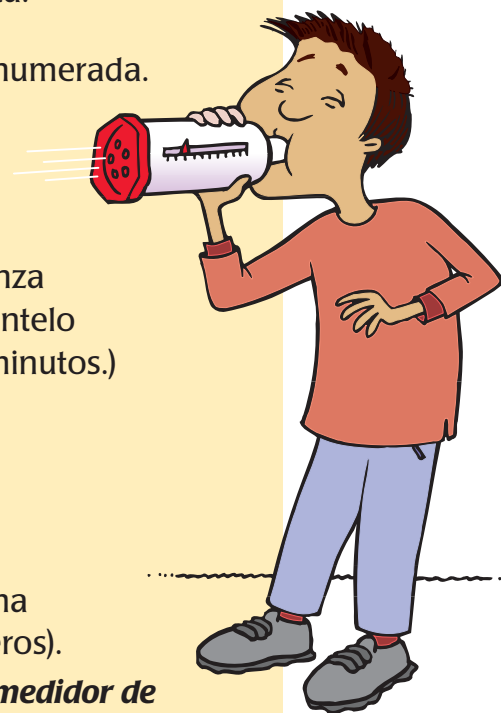
puntaje de 100%

fecha	medicamentos		hora	qué sucede (disparadores, síntomas)	
Lunes	D I A				
	N O C H E				
Martes	D I A				
	N O C H E				
Miércoles	D I A				
	N O C H E				
Jueves	D I A				
	N O C H E				
Viernes	D I A				
	N O C H E				
Sábado	D I A				
	N O C H E				
Domingo	D I A				
	N O C H E				



## Para utilizar un medidor de flujo máximo pulmonar, asegúrese de que su hijo:

1. Permanezca de pie.
2. Quite todo resto de comida o chicle de su boca.
3. Baje el marcador hasta el fondo de la escala numerada.
4. Inhale profundamente y despacio y luego sople **con toda la fuerza y lo más rápido** posible dentro del medidor de flujo máximo pulmonar. (Indíquele que se detenga si comienza a toser o a sufrir de un resuello asmático. Inténtelo nuevamente luego de transcurridos algunos minutos.)
5. Anote el número alcanzado por el marcador.
6. Repita los pasos 3 a 5 dos veces más.
7. Anote el puntaje más alto en el diario del asma de su hijo (no haga un promedio de los números).



**Asegúrese que el medidor de flujo máximo se encuentre nivelado. Su hijo no debe soplar hacia abajo.**

### NOTA:

Mida los **puntajes diarios del flujo máximo pulmonar** de su hijo por la mañana, cuando éste despierte, antes de que tome sus medicamentos.

## Mejor Puntaje Personal del Flujo Máximo Pulmonar

Durante dos o tres semanas, mida y anote los puntajes de flujo máximo pulmonar de su hijo:

- en la tarde (el mejor horario es aquel entre las 12 del mediodía y las 2 de la tarde)  
o
- en cualquier otro horario indicado por su médico

El mejor puntaje obtenido dentro de este lapso de tiempo es el mejor puntaje personal del flujo máximo pulmonar de su hijo. Para verificar la respiración de su hijo, usted y su médico deben tomar como referencia este mejor puntaje personal.

