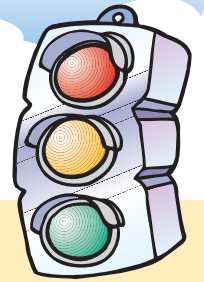


Diario del Asma de _____

nombre del niño



Mejor Puntaje Personal del Flujo Máximo Pulmonar _____

Zona Verde:

Respira lo mejor que puede.

El niño:

- Duerme toda la noche sin toser ni sufrir de resuello asmático
- No presenta síntomas tempranos de advertencia de un ataque de asma
- Puede llevar a cabo sus actividades de costumbre
- Alcanza un puntaje de flujo máximo pulmonar superior a _____ (el 80% de su mejor puntaje personal de flujo máximo pulmonar)

Tomar los medicamentos de prevención:

- _____
- _____
- _____
- _____

Seguir evitando los disparadores (causas).

Tomar medicamentos de alivio 15 minutos antes de comenzar la actividad física:

- _____
- _____
- _____
- _____

Zona Amarilla:

El niño no respira lo mejor que puede.

El niño puede:

- Estar tosiendo o sufriendo de resuello asmático durante la noche
- Presentar los síntomas tempranos de advertencia de un ataque asmático
- Tener dificultades para llevar a cabo sus actividades de costumbre (escuela, juegos, actividad física)
- Alcanzar un puntaje de flujo máximo pulmonar de _____ (entre el 50% y el 80% de su mejor puntaje personal de flujo máximo pulmonar)

Tomar los medicamentos de alivio rápido:

- _____
- _____
- _____
- _____

Continuar tomando los medicamentos de prevención

Llamar al médico si:

- Permanece en la zona amarilla durante más de _____ horas.
- Sus síntomas empeoran
- Toma sus medicamentos de alivio rápido más de _____ veces al día durante _____ días

Zona Roja

El niño necesita asistencia inmediata.

El niño puede:

- Estar tosiendo, encontrar se sin aliento o sufrir de resuello asmático
- Tener la piel pegada a las costillas, por encima del esternón y de la clavícula cuando respira
- Tener dificultades para caminar o hablar
- Alcanzar un puntaje de flujo máximo pulmonar inferior a _____ (el 50% de su mejor puntaje personal de flujo máximo pulmonar)

Plan de emergencia de suministro de medicamentos:

- _____
- _____
- _____
- _____

Llame a su médico o a una sala de emergencias y pregunte cómo proceder

Llame al 911 si:

- Sus uñas o labios están azules
- Tiene dificultades para caminar o hablar
- No puede dejar de toser

Derechos de autor © 2000
Pritchett & Hull Associates, Inc.
NO DUPLICAR



Plan de tratamiento de su hijo

El médico de su hijo completará los espacios en el formulario destinado al plan de tratamiento de manera tal que usted cuente con las instrucciones necesarias para **controlar el asma de su hijo**. Estas instrucciones le ayudarán a decidir cuándo debe iniciar tratamiento, cómo cambiar un tratamiento cuando éste no funcione adecuadamente y cuándo obtener asistencia médica de emergencia.

Para hacer el mejor trabajo posible en el control del tratamiento de su hijo, es necesario que usted:

- **Aprenda** cuáles son los **disparadores** (causas) que provocan los ataques de asma de su hijo. Los mismos varían en cada niño y no siempre son fáciles de identificar.
- **Reconozca los síntomas tempranos de advertencia** de su hijo. Identifique y lleve un registro de los mismos. Contribuirá a que el médico de su hijo le indique qué hacer para evitar que un ataque de asma resulte grave.
- **Anote aquellos factores que empeoran el asma y aquellos que la mejoran** – medicamentos, evitar disparadores, etc. Lleve un registro de los mismos y llévelas a la consulta con el médico de su hijo.
- **Aprenda** cómo utilizar el **inhalador** y el **nebulizador** y cómo reconocer en que **zona de respiración** se encuentra su hijo.
- **Guarde** todo el **plan de tratamiento** en un lugar seguro –dentro del gabinete para los medicamentos, sobre la heladera, sobre un espejo. Usted se sentirá más seguro cuando deba seguir el plan de tratamiento de su hijo **si puede leerlo cuando se inicia el ataque de asma**.
- **Continúe siguiendo este plan de tratamiento** aún cuando su hijo no presente síntomas de asma.
- Hable con el médico de su hijo si considera que el plan necesita algún cambio.

Cuando su hijo y usted trabajan en conjunto con el médico, usted puede **prevenir los ataques de asma** o tratarlos **antes de que éstos resulten de gravedad**. Su hijo podrá llevar a cabo una vida normal, libre de pérdida del aliento, de tos y de resuello asmático si cuenta con un buen plan de tratamiento por escrito.