

# El Plan de Acción para Pacientes con Asma

## Asthma-Patient Action Plan

Nombre: \_\_\_\_\_

*Usted puede usar los colores de los semáforos para ayudarlo a aprender sobre la medicina del asma*

Doctor: \_\_\_\_\_

*1. El Verde significa “¡Vaya!”  
Utilize medicina de control*

Fecha: \_\_\_\_\_

*2. El Amarillo es un Aviso  
Utilize medicina de Alivio*

Teléfono del doctor: \_\_\_\_\_

*3. El Rojo significa “¡Pare!”  
Llame a un doctor*

Teléfono de amigo o de taxi: \_\_\_\_\_

### Utilize medicinas de Control

#### 1. Verde - ¡Vaya!

- Usted puede respirar bien
- Sin respirar con dificultad o tos
- Puede trabajar y jugar

<u>Medicina</u>	<u>Cantidad</u>	<u>Cuando tomar</u>
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Número de máximo flujo

**20 minutos antes de jugar, tome esta medicina:**

\_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_

### Utilize medicinas de Alivio para impedir que empeore un ataque de asma.

#### 2. Amarillo – Aviso

- Si se despierta en la noche
- Cuando respire con dificultad o con tos
- No puede trabajar o jugar

<u>Medicina</u>	<u>Cantidad</u>	<u>Cuando tomar</u>
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Número de máximo flujo

\_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_

### ¡Llame a un doctor inmediatamente!

#### 3. Rojo-Pare-Peligro

Utilize estas medicinas hasta hablar con el doctor:

- La medicina no le ayuda
- Respira rápido y fuerte
- La nariz está bien abierta
- No puede caminar
- Se pueden ver las costillas
- No puede hablar bien

<u>Medicina</u>	<u>Cantidad</u>	<u>Cuando tomar</u>
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Número de máximo flujo

\_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_