

Plan de Acción en Asma

Nombre _____

Fecha _____

Para manejar el asma, usted necesita reconocer sus síntomas, y el uso de sus medicamentos:

Zona Verde

Su **zona verde** es: **Siga!** Su respiración es Buena, sin tos, ni sibilancias u opresión en el pecho.

ACCION:

Debe usar medicamentos preventivos (anti-inflamatorios (Beclometasona)).

Usar Salbutamol inhalador 2 puff ante síntomas y antes del ejercicio si es necesario.

Zona Amarilla

Su **zona amarilla** es: **Sea cuidadoso!** Tiene síntomas como tos, sibilancias u opresión en el pecho, o usted nota que necesita el uso de medicamentos de alivio rápido más frecuentemente, o tiene más síntomas de asma en la mañana, o sus síntomas de asma lo hacen despertar en la noche.

ACCION:

Aplicarse 4 puff de Salbutamol inhalador (su medicina de alivio rápido). Repetir esta dosis cada 20 minutos, hasta 3 veces. Usar 4 puffs regularmente cada 4 a 6 horas los próximos 2 días. Aplicarse 4 veces más de Beclometasona inhalador (su medicamento anti-inflamatorio) 2 veces por día.

Beclometasona x 250 mcg inhalador Actual con inhalocámara	Dosis recomendada para crisis Con inhalocámara
1 inhalación cada 12 h	4 inhalaciones cada 12 h
2 inhalaciones cada 12 h	8 inhalaciones cada 12 h
3 inhalaciones cada 12 h	12 inhalaciones cada 12 h

Pedir una cita prioritaria.

Zona Roja

Su **zona roja** es **Peligro!** Usted continúa sintiéndose peor después de tomar más medicinas de acuerdo a las recomendaciones de la zona amarilla. No puede hablar de corrido, o la piel entre sus costillas se hunde, o sus fosas nasales se abren exageradamente cuando respira, o sus uñas se tornan de un color azulado.

ACCION: Aplicarse 4 puff de Salbutamol inhalador (su medicación de alivio rápido). Repetir la dosis cada 20 minutos, hasta 3 veces.

Iniciar Prednisolona (o incrementar la dosis). Tomar 40 mg (8 tabletas) ahora.
Ir a urgencias.

Teléfonos importantes: Cita prioritaria 7428888 Urgencias 6672727