

# PLAN DE CONTROL DEL ASMA

Lleve este PLAN DE CONTROL DEL ASMA cuando vaya a su médico

**NOMBRE** .....

**FECHA** .....

**PRÓXIMO CONTROL DEL ASMA** .....

**DATOS DE CONTACTO DEL MÉDICO**

**DATOS DE CONTACTO PARA EMERGENCIAS**

**Nombre** .....

**Teléfono** .....

**La relación** .....



## CUANDO ESTÁ BIEN

*EL ASMA ESTÁ CONTROLADO (casi sin síntomas)*

SIEMPRE LLEVE SU MEDICACIÓN DE RESCATE

**Su medicación de control es:** .....

[NOMBRE Y POTENCIA]

Tome ..... bocanadas/comprimidos ..... veces todos los días

Use un espaciador con un inhalador

**Su medicación de rescate** .....

[NOMBRE]

Tome ..... bocanadas .....

Cuando tenga síntomas como sibilancia, tos o ahogos

Use un espaciador con su inhalador

Flujo máximo\* (si se usa) por encima de:

### OTRAS INSTRUCCIONES

(por ejemplo: otras medicaciones, evitar lo que lo causa, qué hacer antes de ejercitar)



## CUANDO NO ESTÁ BIEN

*El asma está empeorando (necesita más medicación de rescate que lo usual, tiene más síntomas de lo usual, se despierta con asma, el asma interfiere con sus actividades diarias)*

**Siga tomando la medicación de control:** .....

[NOMBRE Y POTENCIA]

Tome ..... bocanadas/comprimidos ..... veces todos los días

Use un espaciador con su inhalador

**Su medicación de rescate es:** .....

[NOMBRE]

Tome ..... bocanadas .....

Use un espaciador con su inhalador

Flujo máximo\* (si se usa) entre ..... y

### OTRAS INSTRUCCIONES

Contacte a su médico

(por ejemplo: otras medicaciones, cuando dejar de tomar medicaciones extra)



## SI LOS SÍNTOMAS EMPEORAN

*Si sufre un ataque de asma (necesita usar la medicación de rescate cada 3 horas, la dificultad para respirar aumenta, despierta con frecuencia en la noche con síntomas de asma)*

**Siga tomando la medicación de control:** .....

[NOMBRE Y POTENCIA]

Tome ..... bocanadas/comprimidos ..... veces todos los días

Use un espaciador con su inhalador

**Su medicación de rescate es:** .....

[NOMBRE]

Tome ..... bocanadas .....

Use un espaciador con su inhalador

Flujo máximo\* (si se usa) entre ..... y

### OTRAS INSTRUCCIONES

Contacte a su médico hoy

(por ejemplo: otras medicaciones, cuando dejar de tomar la medicación de rescate)

Prednisolone/Prednisone

Tome ..... todas las mañanas por ..... días



## SIGNOS DE PELIGRO

*Emergencia de asma (ahogos graves, los síntomas empeoran rápidamente, la medicación de rescate le alivia muy poco o nada)*

**MARQUE 000  
PARA PEDIR  
UNA AMBULANCIA**

Flujo máximo\* (si se usa) por debajo de:

**Llame a una ambulancia inmediatamente**

**Diga que es una emergencia de asma**

**Siga tomando la medicación de rescate las veces que sean necesarias**

Use su autoinyector de adrenalina (EpiPen o Anapen)

NationalAsthma  
CouncilAustralia  
leading the attack against asthma

[nationalasthma.org.au](http://nationalasthma.org.au)

# PLAN DE CONTROL DEL ASMA

## Qué debe observar

### CUANDO ESTÁ BIEN



#### SIGNIFICA QUE:

- No hay sibilancia, tos u opresión en el pecho durante la noche
- Tiene sibilancia, tos u opresión en el pecho durante la noche de vez en cuando durante el día
- Necesita usar la medicación de rescate ocasionalmente o antes del ejercicio
- Puede realizar sus actividades diarias sin síntomas de asma

### CUANDO NO ESTÁ BIEN



#### CUANDO HAY CUALQUIERA DE LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS:

- Sibilancia o tos durante la noche
- Asma al despertar por las mañanas
- Necesita tomar su medicación de rescate con más frecuencia
- El asma interfiere con sus actividades diarias

**SE TRATA DE UN RECRUDECIMIENTO DE ASMA**

### SI EMPEORAN LOS SÍNTOMAS



#### SIGNIFICA QUE:

- Sibilancia, tos, opresión en el pecho o ahogos van aumentando
- Despierta más frecuentemente con síntomas de asma durante la noche
- Necesita la medicación de rescate cada 3 horas

**SE TRATA DE UN ATAQUE SEVERO DE ASMA (UN RECRUDECIMIENTO GRAVE)**

### SIGNOS DE PELIGRO



#### SIGNIFICA QUE:

- Los síntomas empeoran muy rápidamente
- Tiene ahogos fuertes, no puede mantener una conversación o los labios se ven azules
- El inhalador de control le da poco o nada de alivio

**LLAME A UNA AMBULANCIA: MARQUE EL 000  
DIGA QUE SE TRATA DE UNA EMERGENCIA DE ASMA**

**MARQUE 000  
PARA PEDIR UNA  
AMBULANCIA**

### MEDICACIONES PARA EL ASMA

#### MEDICACIÓN DE CONTROL

La medicación de control reduce la inflamación, hinchazón y mucosidad en las vías respiratorias de sus pulmones.

La medicación de control debe tomarse **todos los días**, incluso cuando se encuentra bien. Algunos inhaladores para el asma contienen 2 fármacos para mejorar el control de la enfermedad (combinación de inhaladores)

#### MEDICACIÓN DE RESCATE

Actúa rápidamente para mejorar la respiración al anchar las vías respiratorias.

**SIEMPRE LLÉVELO CONSIGO.** Es esencial para los primeros auxilios. No use los inhaladores de control para experimentar un alivio rápido de los síntomas del asma a no ser que su médico se lo haya indicado.

Para hacer un pedido de copias del 'Plan de Control del Asma' visite el sitio web del "National Asthma Council". Use el plan que sea más indicado para su paciente.  
[nationalasthma.org.au](http://nationalasthma.org.au)

Elaborado por National Asthma Council Australia con el apoyo de GSK Australia.

National Asthma Council Australia retiene el control editorial © 2015

National Asthma  
Council Australia  
leading the attack against asthma