



Equipo de APOYO

Clínica: _____

Número de teléfono: _____

Horario: _____

Fuera de horario, feriados y fines de semana: _____

Médico de mi niño: _____

Nombre del paciente: _____

Fecha: _____



Citas de SEGUIMIENTO

Próxima cita con el MÉDICO de mi niño:

Fecha: _____ Hora: _____

Número de teléfono: _____

Lugar: _____

Nombre del médico: _____

OTRA CITA:

Fecha: _____ Hora: _____

Número de teléfono: _____

Lugar: _____

Planificación del alta: _____

Fecha de regreso a la escuela: _____



Esté atento a los SÍNTOMAS y DESENCADENANTES

Mis síntomas

Tipo: _____

Hora: _____

Duración: _____

Gravedad: _____

Mis desencadenantes

- Respiratorios** (resfriado, gripe, sinusitis)

- Ejercicio** (sibilancias, falta de aliento)

- Clima** (ráfaga repentina de aire frío, calor, humedad)

- Estrés emocional** (reír, llorar, suspirar, estrés relacionado con la familia y el trabajo)

- Sueño** (alérgenos, temperatura corporal, acidez)

- Irritantes del aire** (humo, contaminación, olores, gases, aerosoles)

- Alérgenos** (caspa animal, polen, moho, ácaros, excremento de cucarachas, aditivos alimenticios)



Control del asma

Usted tiene asma, pero eso no significa que no puede hacer todas las cosas que le gusta hacer. Junto con su médico, puede controlar el asma al:

- Conocer sus síntomas
- Evitar los desencadenantes
- Tomar los medicamentos correctamente
- Seguir su Plan de acción contra el asma, todos los días
- Controlar el asma periódicamente

Con el tiempo, las cosas pueden cambiar: su entorno, su respuesta a los medicamentos, su sensibilidad a ciertos desencadenantes. Todos estos cambios pueden afectar el control de su asma.

Pida a su proveedor que le ayude a configurar el portal de la página MyHealth de Intermountain en intermountainhealthcare.org/myhealth

Vea más información sobre el asma en [Primary Children's / YouTube.com](#)





MEDICAMENTOS y CONTROL

Adherencia al plan de medicamentos:

- Usa el controlador 4 o más veces por semana
- Usa el controlador menos de 3 veces por semana
- No usa controlador

Control de síntomas crónicos del asma:

- Bien controlados
- No tan bien controlados
- Mal controlados

Paso previo a la hospitalización:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- No sé

Modificación del plan de control del asma:

- Terapia de mantenimiento
- Terapia escalonada
- Iniciar terapia con controlador
- Otro _____



Vea el **Plan de acción contra el asma** para saber cuándo llamar por ayuda.



Usa cámara de inhalación con la mascarilla apropiada:

- Menos de 2 años = pequeño
- De 2 a 5 años = mediano
- Más de 5 años = boquilla

Inhaladores de dosis medida (MDI), Inhaladores de polvo seco (DPI) y píldoras

MEDICAMENTOS DE CONTROL DIARIO (también llamados “medicamentos de mantenimiento”)

Los medicamentos de control pueden **PREVENIR** los síntomas



Corticosteroides (inhalados):

- fluticasona** (Flovent) 44 o 110 mcg; 1, 2 o 3 disparos dos veces al día

- budesonida** (Pulmicort) Respules: 0.25 mg, 0.5 mg, 1 mg; una o dos veces al día
DPI: 90 mcg o 180 mcg; 1, 2, 3 o 4 inhalaciones dos veces al día

- beclometasona** (Qvar) 40 o 80 mcg; 1, 2, 3 o 4 disparos dos veces al día

- mometasona** (Asmanex) DPI: 110 mcg o 220 mcg; 1, 2 o 3 inhalaciones una vez al día

Modificadores de leucotrienos (píldoras que se toman por boca):

- montelukast** (Singulair) tabletas de 4, 5 o 10 mg o tabletas masticables una vez al día

Otros medicamentos:

- _____

MEDICAMENTOS DE ALIVIO RÁPIDO (también llamados “medicamentos al rescate”)

Los medicamentos de alivio rápido pueden **DETENER** los síntomas

Agonistas beta₂ de acción rápida (SABA) (inhalados):

- albuterol** (Proair HFA, Proventil HFA, Ventolin HFA)
- Otros medicamentos de alivio rápido mediante MDI o nebulizador

(vea **Plan de acción contra el asma**)



Instrucciones especiales: _____

