



Nombre: \_\_\_\_\_ Escuela: \_\_\_\_\_ Fecha de nacimiento: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Clasificación de gravedad: ☐ Intermitente ☐ Leve persistente ☐ Moderado persistente ☐ Grave persistente

Desencadenantes del asma (lista): \_\_\_\_\_

Fecha de finalización: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ Vacunas actualizadas: ☐ Sí ☐ No



### Zona verde: En buen estado

Síntomas: Respira bien – No tose ni tiene sibilancias – Puede trabajar y jugar – Duerme bien por la noche

Medicamento(s) de control	Medicamento	Cuánto tomar	Cuándo y con qué frecuencia tomarlo	Tomar en
	_____	_____	_____	<input type="checkbox"/> Hogar <input type="checkbox"/> Escuela
Medicamento(s) de alivio rápido	_____	_____	_____	<input type="checkbox"/> Hogar <input type="checkbox"/> Escuela
SMART/MART	<input type="checkbox"/> ICS/Formoterol _____ inhalación(es) con espaciador _____ (dosis máxima diaria: 12 inhalaciones para mayores de 12 años y 8 inhalaciones para mayores de 4 a 11 años)			
Ejercicio inducido	<input type="checkbox"/> Use el medicamento de alivio rápido 10 minutos antes de la actividad física según las indicaciones			



### Zona amarilla: Precaución

Síntomas: Algunos problemas para respirar – Tos, sibilancias o presión en el pecho – Problemas para trabajar o jugar – Despertarse por la noche

	Medicamento	Cuánto tomar	Cuándo y con qué frecuencia tomarlo
Medicamento(s) de alivio rápido	<input type="checkbox"/> _____	_____	<i>cada 20 minutos durante hasta 1 hora o nebulizador (usar una vez)</i>
Medicamentos de control	<input type="checkbox"/> Continuar con los medicamentos de la Zona verde	_____	_____
SMART como alivio rápido	<input type="checkbox"/> ICS/Formoterol _____	_____ inhalación(es) con espaciador _____	(dosis máxima diaria: 12 inhalaciones para mayores de 12 años y 8 inhalaciones para mayores de 4 a 11 años)
Otro	<input type="checkbox"/> _____	_____	_____

Debería sentirse mejor entre 20 y 60 minutos después del tratamiento de alivio rápido. Si está empeorando, ENTONCES siga las instrucciones en la ZONA ROJA y llame a su médico o al 911 de inmediato.



### Zona roja: ¡Obtenga ayuda ahora!

Síntomas: Muchos problemas para respirar – No puede trabajar ni jugar – Está empeorando en lugar de mejorar – Los medicamentos no ayudan – Me siento muy enfermo

¡Tome medicamentos de alivio rápido AHORA!

	Medicamento	Cuánto tomar	Cuándo y con qué frecuencia tomarlo
	<input type="checkbox"/> _____	_____ (inhalaciones)	_____
SMART como alivio rápido	<input type="checkbox"/> ICS/Formoterol _____	_____ inhalación(es) con espaciador _____	_____
Otro	<input type="checkbox"/> _____	_____	_____

Llame al 911 inmediatamente si se presentan los siguientes signos de peligro:

- Dificultad para caminar o hablar debido a la falta de aliento
- Los labios o las uñas están azules
- Sigue en zona roja después de 15 minutos

#### Padre/Tutor

☐ Doy permiso para que los medicamentos enumerados en el plan de acción sean administrados en la escuela por la enfermera o el personal capacitado designado.

☐ Doy mi consentimiento para la comunicación entre el proveedor de atención médica o la clínica que prescribe, el personal de enfermería escolar, el asesor médico escolar o los proveedores de clínicas de salud escolares necesarios para el manejo del asma y la administración de este medicamento.

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_ Teléfono ( \_\_\_\_ ) \_\_\_\_ - \_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

#### Proveedor de atención médica

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_ Teléfono ( \_\_\_\_ ) \_\_\_\_ - \_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

#### Personal de enfermería escolar

☐ El estudiante ha demostrado las habilidades para llevar y autoadministrarse su inhalador de alivio rápido, incluido cuándo informar a un adulto si los síntomas no mejoran después de tomar el medicamento.

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_ Teléfono ( \_\_\_\_ ) \_\_\_\_ - \_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

# Cómo usar su inhalador y espaciador



1. Quita la tapa del inhalador.



2. Agita el inhalador por 5 segundos.



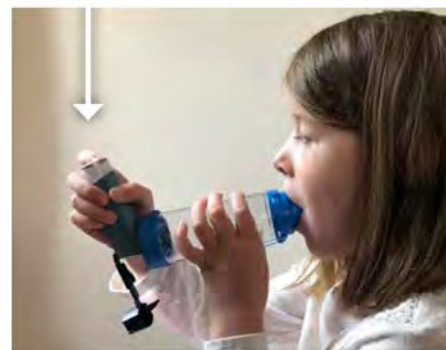
3. Coloca el inhalador en el espaciador y quita la tapa del espaciador.



4. **BOTA TODO** el aire (exhala por completo).



5. Cierra los labios alrededor de la boquilla.



6. Presiona aquí.



7. Inhala **DESPACIO** y **PROFUNDO**.



8. Aguanta la respiración por 10 segundos si puedes. Luego suelta el aire despacio.



Si necesitas otra dosis, espera 1 minuto y repite los pasos 5 al 9.



9. Enjuágate la boca con agua y **ESCÚPELA**.

Para obtener más videos, folletos, tutoriales y recursos sobre el asma, visite [Lung.org/asthma](https://lung.org/asthma).

También puede conectarse con un terapeuta respiratorio para recibir apoyo personalizado y gratuito llamando a la Línea de ayuda sobre problemas pulmonares de la American Lung Association al **1-800-LUNGUSA**.