



La siguiente información, es una guía rápida y accesible que le permite al paciente y a su médico tratante tomar decisiones con respecto al tratamiento y control de la enfermedad. Procure seguirlas y llevarlas con usted a todas partes.

Información para pacientes



Datos del paciente:
 Nombre del paciente: Edad:
 Médico tratante: Teléfono de emergencia:
 Alergias:

Recomendaciones generales:

- Tome sus medicamentos prescritos como se indica – SIN RETRASO.
- Recuerde que el asma es una **enfermedad inflamatoria crónica**, por eso **no deje de tomar diariamente el tratamiento de mantenimiento o habitual** y a las dosis acordadas; aun cuando se sienta bien es necesario utilizar sus medicamentos del diario para mantener su asma en buen control y prevenir crisis o ataques de asma.
- **No fume**, ni esté en presencia de otras personas fumando.
Si pierde el control de su asma, ¡actúe!, si dispone de un plan de acción, aplíquelo; si no, solicite ayuda médica.
- Si padece alergia (ácaros, mascotas, pólenes, etc), evite su exposición.
- Recuerde que este plan debe ser revisado y ajustado por su médico regularmente.
- Siempre lleve consigo el inhalador de rescate.

Tratamiento de mantenimiento o habitual:		
Nombre del medicamento:	Dosis:	Frecuencia:
Tratamiento broncodilatador de rescate:		
Nombre del medicamento:	Dosis / dosis máxima:	Frecuencia:
¿Cómo actuar?		
Flujometría	Síntomas	Acciones
Zona Verde: Buen Control PEF mayor del 80% del mejor valor personal (_____)	<ul style="list-style-type: none"> • Sin tos, silbidos, falta de aire ni opresión en el pecho. • Actividad física normal. 	<ul style="list-style-type: none"> • Continuar con el tratamiento de mantenimiento.
Recomendaciones: evitar desencadenantes conocidos (alérgenos, irritantes, etc.).		
Zona Amarilla: Advertencia PEF entre 50-80% del mejor valor personal (_____)	Síntomas <ul style="list-style-type: none"> • Tos. • Sibilancias. • Dificultad leve para respirar. • Opresión en el pecho. 	<ul style="list-style-type: none"> • Administrar el medicamento broncodilatador de rescate.
Recomendaciones: <ul style="list-style-type: none"> • Si no mejora en 1 hora, augmentar dosis de medicación de mantenimiento o habitual según indicaciones médicas. • Contactar al médico si los síntomas persisten o empeoran. 		

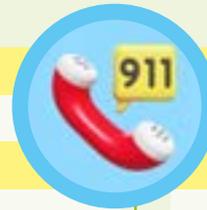




¿Cuándo debe incrementar su tratamiento habitual?:

¿Tiene síntomas de asma más de 2 veces al día?	Si	No	Si ha respondido Sí en 3 o más de las preguntas , su asma no se encuentra bien controlada y es necesario aumentar su tratamiento habitual .
¿Su actividad o ejercicio físico se encuentra limitado por el asma?	Si	No	
¿Le despierta el asma por la noche?	Si	No	
¿Necesita tomar su broncodilatador (rescate) más de 2 veces al día?	Si	No	
Si utiliza su medidor de flujo (PEF), ¿los valores son inferiores a _____?	Si	No	

¿Cómo se incrementa el tratamiento?



Nombre del medicamento:

Dosis:

Frecuencia:

Mantenga este tratamiento durante _____ días.

Zona Roja:

Emergencia
PEF menor del 50% del mejor valor personal (_____).

- Dificultad grave para respirar.
- Incapacidad para realizar actividades normales.
- Labios o uñas azulados.
- La crisis es tan grave que sólo le permite hablar con frases cortas.
- Si tiene que utilizar su broncodilatador de rescate cada 4 horas y no mejora.

- Llamar al 911 o acudir al servicio de urgencias.

En lo que llega con su médico/hospital:

- Aplique 2 a 4 disparos de _____ cada ____ min.
- Tome ____ tabletas de _____ de ____ mg por vía oral.

Continúe usando su broncodilatador de rescate hasta que consiga la ayuda médica*.



Referencias bibliográficas:

GEMA. (2024). *Guía GEMA 5.4. Asma* (versión 5.4). Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR).

Global Initiative for Asthma (GINA). (2024). *Global strategy for asthma management and prevention* (2024 update). Global Initiative for Asthma.