

¿Cómo Puedo Controlar el Asma de mi Hijo?

(10 Minutos)

Purpose: Comprender las maneras de mejorar el manejo del asma.

Materiales Necesarios:

1. “Como Usar un Medidor de Flujo Máximo” Hoja Informativa
2. “Como usar un Plan de Acción para el Asma” Hoja Informativa
3. Plan de Acción para el Asma

Puntos de Enseñanza: Usar los puntos de enseñanza y las hojas informativas para educar a los miembros de la comunidad sobre las nociones básicas de los Medidores de Flujo Máximo y de los Planes de Acción para el Asma.

Medidor de Flujo Máximo

- Un medidor de flujo máximo mide cuan bien se mueve el aire adentro y afuera de los pulmones de su niño. Puede ser usado por su doctor o en su casa para medir si su niño está teniendo síntomas de asma.
- Para poder usar un medidor de flujo máximo, usted necesita encontrar el mejor “número de flujo máximo personal” de su niño. Esto se realiza al usar el medidor de flujo máximo cuando los pulmones de su niño están sanos y se registra este número.
- Cuando usted piensa que su niño puede estar teniendo un ataque de asma, el medidor de flujo máximo le puede indicar cuan grave es el ataque. Usted puede comparar el número de flujo máximo con el número que tiene cuando el o ella se siente bien. Si el número es menor que el número de flujo máximo, usted sabe que el o ella tiene síntomas de asma.

Plan de Acción para el Asma

- Un Plan de Acción para el Asma puede ser usado para que usted sepa que hacer cuando su niño tiene un ataque de asma.
- Brinda instrucciones para saber que hacer si su niño se siente bien, sino se siente bien o si se siente muy enfermo/a.
- El Plan de Acción para el Asma debe ser escrito por su doctor o enfermera.
- Se debe dar una copia del Plan de Acción para el Asma a su doctor, a su escuela y a los padres.



Nota #1 del Presentador:

A veces puede ser difícil enseñar a los padres como usar un medidor de flujo máximo. Aconseje a los padres que su doctor les enseñe como usar un medidor de flujo máximo y que les recete un Plan de Acción para el Asma. Díales que pueden usar las hojas informativas como repaso después de visitar a su doctor.