

# Consejos médicos para el paciente con asma

Asesoría científica a cargo de:

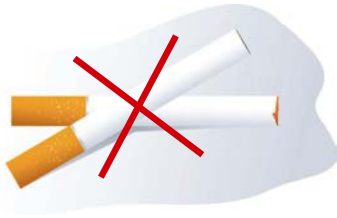
**Dr. Vicente Plaza Moral**, Servicio de Neumología  
Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, Barcelona

# Consejos básicos para el paciente con asma

## 1 Más vale prevenir la crisis.

No deje de tomar diariamente el tratamiento habitual y a las dosis acordadas.

## 2 No fume, ni deje que lo hagan en su presencia.



## 3 Si pierde el control de su asma, ¡ACTÚE!

Si dispone de un Plan de Acción aplíquelo, si no solicite ayuda médica.



## 4 No tome aspirina o sus derivados.



## 5 En caso de padecer alergia

(ácaros, mascotas, pólenes, etc.), evite su exposición.



Evite el uso de utensilios de limpieza que levantan polvo y alérgenos.



# Plan de Acción para el paciente con asma

## Datos del paciente

Nombre y Apellidos .....

.....

Fecha .....

### Si en las últimas 24 horas su asma ha empeorado, por haber presentado

- Ahogo o pitos más de dos veces
- Ahogo o pitos la noche anterior
- La necesidad de tomar su broncodilatador de alivio más de tres veces



### Aumente el tratamiento de la siguiente forma

- Aumente ..... y manténgalo durante ..... días.
- Si no mejora, inicie ..... (prednisona) 30 mg. 1 comprimido al día, y manténgalo durante ..... días (máximo 10).
- Solicite visita con su médico habitual.