

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_


# Formas de prevenir los ataques de asma

(Nota: esta información no debe utilizarse para diagnosticar una afección médica. Hable con su médico si usted o su hijo tienen síntomas de asma.)

## Las mejores formas de prevenir los ataques de asma:

- Visite al médico regularmente
- Siga las indicaciones del médico y use los medicamentos para el asma según lo recetado
- Evite los desencadenantes cuando sea posible

Los desencadenantes del asma son cosas que hacen que las vías respiratorias se hinchen o irriten. Es importante tomar medicamentos de control con regularidad, pero incluso con los medicamentos habituales, los desencadenantes aún pueden causar un ataque de asma. Controlar los desencadenantes a su alrededor o a su hijo ayudará a prevenir los ataques de asma.

 ¿Cuándo fue la última vez que usted o su hijo consultaron al médico por asma? \_\_\_\_\_

 ¿Cuándo volverán a ir usted o su hijo? \_\_\_\_\_

 ¿Qué medicamentos le han recetado a usted o a su hijo?

**Controlador:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Rescate:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

(Algunos medicamentos se utilizan como control y rescate)



Enumere algunos factores desencadenantes para usted o su hijo. ¿Cómo puedes evitarlos?

### Desencadenantes

- 
- 
- 
- 
- 
- 

### Maneras de evitar

- 
- 
- 
- 
- 
- 

**Breathe**  
Healthy Steps to  
Living Tobacco Free



Si está listo para dejar de fumar, llame a Quit Now Indiana al 1-855-335-3569 o inicie sesión en [www.quitnowindiana.com](http://www.quitnowindiana.com) para obtener asistencia personalizada y gratuita.