

Zonas para el manejo del asma

Zona verde = sin problemas

- No tiene síntomas
- No tiene tos ni sibilancia ni opresión en el pecho
- Respira sin dificultad
- Puede hacer las actividades cotidianas



Si usted está en zona verde:

- No tiene síntomas
- Siga tomando los medicamentos como le indicaron
- Vaya a todas sus citas

Zona amarilla = PRECAUCIÓN

Si tiene alguno de estos síntomas:

- Más tos
- Dificultad para dormir
- Sibilancia
- Dificultad para respirar
- Opresión en el pecho o respiración acelerada

Si usted está en zona amarilla:

- Llame a su proveedor médico para decirle cómo se siente
- Descanse
- Use el medicamento de emergencia

Zona roja = ALERTA MÉDICA

- No puede respirar
- No puede hacer las actividades cotidianas
- Tiene dificultad para respirar cuando camina o habla
- Respira con el vientre
- La piel, los labios o las uñas se ponen blancos o morados

Si usted está en zona roja:

- **NECESITA ATENCIÓN DE EMERGENCIA**
- **LLAME AL 911 Y PIDA UNA AMBULANCIA**


