

## Zonas para el manejo de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)

### Zona verde = sin problemas

- No tiene tos ni sibilancia ni dificultad para respirar durante el día o la noche
- Puede hacer las actividades cotidianas

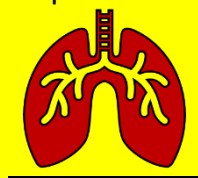
### Si usted está en zona verde:

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

### Zona amarilla = PRECAUCIÓN

#### Si tiene alguno de estos síntomas:

- Esputo (flema) más espeso o de color amarillo, verde o rojo
- Más tos o ruido en los pulmones, incluso después de haber tomado sus medicamentos
- Más hinchazón en los tobillos o pies
- Más dificultad para respirar cuando hace actividad física o actividades cotidianas
- Aumento o pérdida de peso de 3 libras o más en una semana
- Fiebre mayor de 100.5 °F
- Dificultad para estar acostado plano en la cama o dormir por la noche



### Si usted está en zona amarilla:

- Si tiene alguno de esos síntomas, llame a su proveedor médico para decirle cómo se siente
  - Use el medicamento de emergencia
- 
- 



### Zona roja = ALERTA MÉDICA

- Problemas para respirar en reposo o cuando no está haciendo actividad física
- Sibilancia u opresión en el pecho
- Siente que el corazón late rápido
- Los labios o las uñas se ponen blancos o morados
- Se siente muy cansado o confundido
- Tiene dolor en el pecho que empeora cuando respira o tose

### Si usted está en zona roja:

- **NECESITA ATENCIÓN DE EMERGENCIA**
- **Llame al 911 y pida una AMBULANCIA**