

---

# CUIDADO DEL ASMA EN CASA

Guía para los padres

---

Índice

Children's  
MINNESOTA

El asma es una enfermedad crónica de los pulmones. Si su hijo es asmático, es esencial que usted sepa todo lo que pueda acerca de esta enfermedad.

El asma.....	2
Respiración normal.....	2
Ataque o agudización del asma.....	2
¿Por qué se produce un ataque de asma? .....	2
Tratamiento de un ataque de asma .....	3
¿Cómo se sabe si el asma está controlada?.....	3
Seguimiento .....	3
Plan de acción para el control del asma (Asthma Action Plan).....	4
Control de los factores desencadenantes del asma.....	5
Medicamentos para el asma .....	6
Medicamentos de acción rápida o rescate .....	6
Medicamentos de control .....	7
Inhaladores .....	8
Nebulizador.....	13
Recursos sobre el asma.....	14
Notas y números de teléfono .....	15

Obtenga acceso a videos sobre los siguientes temas escaneando el código QR con el lector QR o con la cámara de su teléfono.

- Plan de control del asma
- Uso de los inhaladores con la cámara de inhalación (spacer)
- Las medicinas para el asma
- Los desencadenantes del asma

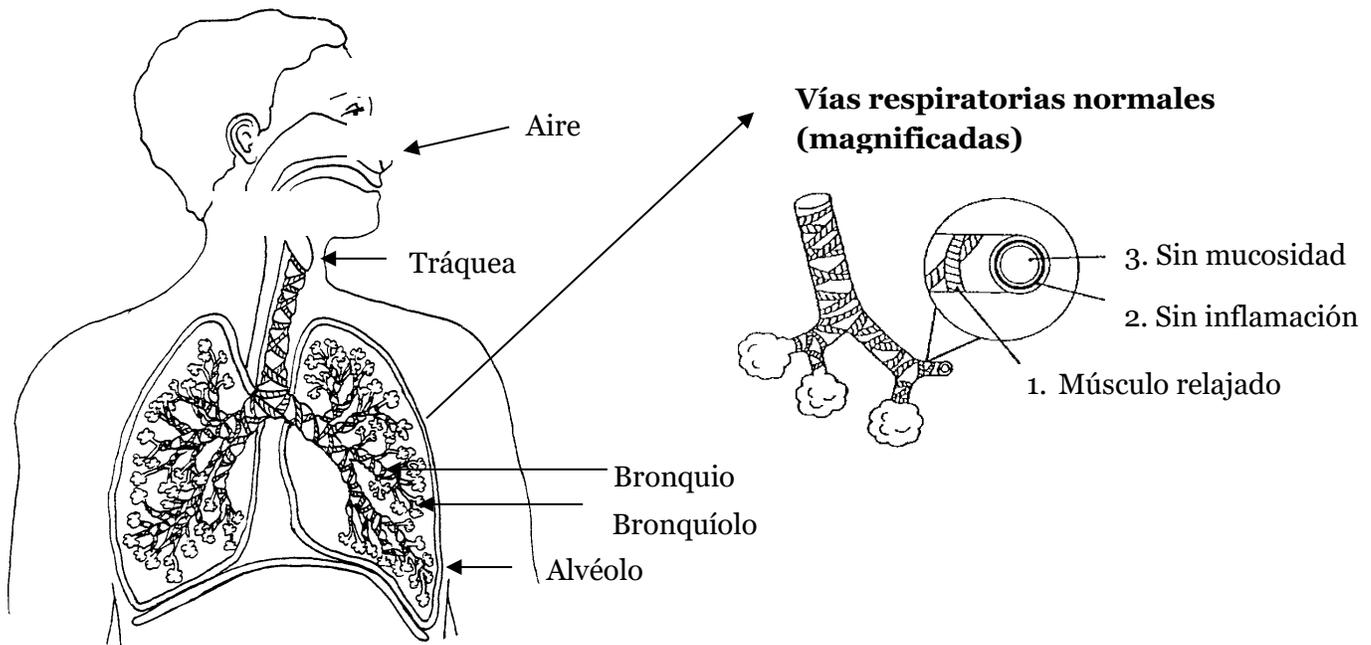


# El asma

El asma es una enfermedad crónica de los pulmones; es decir, puede prolongarse por muchos años y está presente aunque no se tengan síntomas. Por ello, es esencial respetar su plan de acción para controlar el asma (encontrará una muestra de dicho plan en la sección titulada “Plan de acción para el control del asma”).

## Respiración normal

Cuando respiramos, el aire que entra por la nariz y la boca fluye por la tráquea y pasa por las vías respiratorias (bronquios y bronquiólos), hasta llegar a los alvéolos.



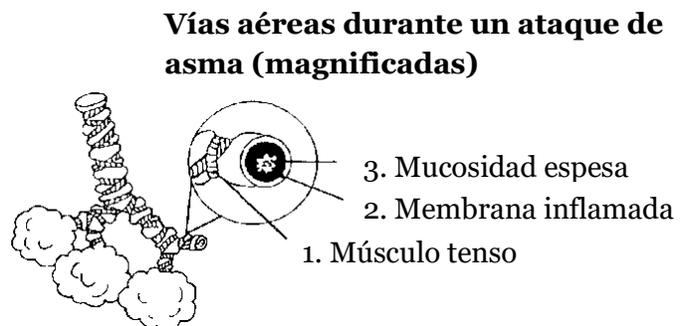
## Ataque o agudización del asma

Durante un ataque de asma:

1. Se tensan los músculos alrededor de las vías respiratorias, de modo que se encogen.
2. La membrana que recubre las vías respiratorias se inflama.
3. Se forma una mucosidad espesa que obstruye los bronquiólos

Estas alteraciones dificultan el flujo de aire en los pulmones y pueden presentarse algunos o todos los síntomas siguientes:

- Tos
- Respiración sibilante (silbidos)
- Dificultad para respirar
- Sensación de opresión en el pecho



## ¿POR QUÉ SE PRODUCE UN ATAQUE DE ASMA?

Los factores que pueden desencadenar un ataque de asma varían de persona a persona. Entre los más comunes se encuentran los resfriados, las alergias, el ejercicio y el humo. Es necesario descubrir cuáles son estos factores específicos que desencadenan el asma a su hijo para así poder evitarlos (refiérase a la sección titulada “Controlde los factores desencadenantes del asma”).

## TRATAMIENTO DE UN ATAQUE DE ASMA

Su médico le ayudará a elaborar un plan de acción para el control del asma, es decir, una serie de estrategias tanto para el manejo diario de la enfermedad como para aquellos casos en los que se agudicen los síntomas

### Este plan incluirá:

- Factores desencadenantes y cómo evitarlos.
- Medicamentos de uso diario (que aparecerán en la zona verde del plan).
- Primeros signos de advertencia durante un ataque de asma y tratamiento a seguir (zona amarilla).
- Razones para llamar al médico (zona roja).

### Significado de los colores que aparecen en el plan de acción

La <b>zona verde</b> significa: me siento bien y no tengo síntomas.	→ Se debe tomar el medicamento para controlar el asma a diario.
La <b>zona amarilla</b> significa: no me siento bien. Es posible que haya signos que indiquen que podría agudizarse el asma, como tos durante un resfriado.	→ Es necesario usar un medicamento de acción rápida ahora.
La <b>zona roja</b> significa: me siento muy mal. Es posible que la tos sea constante y se tengan dificultades respiratorias.	→ Debe usar estos medicamentos ahora mismo y llamar a su médico/enfermera especialista.

**Llame al número para emergencias 911 si considera que su hijo no puede esperar más de 30 minutos antes de recibir ayuda.**

## ¿CÓMO SE SABE SI EL ASMA ESTÁ CONTROLADA?

El objetivo es mantenerse en la zona verde del plan. Se considera que el asma está controlada si su hijo:

- duerme bien durante la noche.
- no tose ni tiene respiración sibilante durante el día o la noche.
- puede mantenerse activo.
- no necesita faltar a clases o al trabajo.

### SEGUIMIENTO:

- Lleve a su hijo a su médico/enfermera especialista cada seis meses.
- Siga las especificaciones del plan de acción del asma.
- Tenga a mano suficiente medicación.
- Entregue una copia del plan de acción al personal de la escuela o la guardería.

## Plan de acción para el control del asma - muestra

Patient Name: _____		Date of Birth: _____	
Date _____	Time _____	Height _____	Weight _____
Asthma severity Allergies: Food Allergies: Medication Allergies:		Other Triggers:	
<b>Green Zone: I feel good</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>+ Can work and play</li> <li>+ Can sleep at night</li> <li>+ No cough or wheeze</li> </ul>		<b>Take these controller medications every day:</b>  Additional orders:	
Peak flow range _____ to _____ (80-100% of personal best/predicted)		Physician: _____ Address: _____ Phone: _____	
<b>Yellow Zone: I do not feel good</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>+ Cold with _____</li> <li>+ Waking up at night with _____</li> <li>+ Wheezing, coughing or trouble breathing</li> </ul> Peak flow range _____ to _____ (50-79% of personal best/predicted)		<b>Keep taking _____ when the Controller Medicines.</b> Know the _____ to keep asthma from getting worse:  Additional orders:	
<b>If getting less than 4 hours of relief from albuterol, contact your health care provider.</b>			
<b>Red Zone: I feel awful</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>+ Breathing is hard and fast</li> <li>+ Getting worse and medicine not helping</li> <li>+ Cough continuously</li> </ul> Peak flow range _____ to _____ (Less than 50% of personal best/predicted)		<b>Keep taking the Green and Yellow Zone medicines.</b> <b>Take these medications NOW and call your health care provider:</b>  Additional orders:	
<b>If breathing does not improve and you cannot contact your health care provider, go to the emergency room. CALL 911 if:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ You can't talk in full sentences</li> <li>+ You can't get air</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>+ You are worried about getting through the next 30 minutes</li> <li>+ Fingernails or lips are grey or blue</li> </ul>	
<b>INFLUENZA SHOT IN THE FALL</b>		<b>AVOID ASTHMA TRIGGERS</b>	
<b>NO SMOKING IN HOME OR CAR</b>			
Follow up appointment at: Clinic Name _____ Clinic & Phone Number _____		Return to clinic in: _____	
Parent/Guardian signature _____		Date _____	
Health Care provider signature _____		Date _____	
Provider name _____			

AAP has been given and reviewed with patient and/or parent. This form provides consent for school/daycare to administer to my child the above medicine as provided by parent or guardian and allows the child to carry the inhaler for which our provider has assessed ability and if approved by the school nurse.

# Control de los factores desencadenantes del asma

Un factor desencadenante es algo que puede provocar que el asma empeore. Es bueno saber qué factores desencadenan el asma en su caso, a fin de evitarlos y prevenir un ataque.

Factor		Qué hacer para evitarlo
<p><b>El humo:</b></p> <p>El humo puede empeorar el asma.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• No permita que se fume en su casa ni en el auto.</li> <li>• Si usted fuma, pídale a su médico que le ayude a encontrar la manera de dejarlo. Llame al 1-800-Quit-Now (1-800-784-8669).</li> </ul>
<p><b>Los resfriados:</b></p> <p>Las enfermedades respiratorias pueden desencadenar el asma.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lávese las manos frecuentemente.</li> <li>• No se toque la cara.</li> <li>• Evite el contacto con personas enfermas.</li> <li>• Póngase la vacuna antigripal cada otoño.</li> </ul>
<p><b>Los ácaros del polvo:</b></p> <p>Son microscópicos y suelen encontrarse en colchones y alfombras.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coloque fundas protectoras en colchones y almohadas.</li> <li>• Lave sábanas y mantas con agua caliente todas las semanas.</li> <li>• Lave con frecuencia los muñecos de tela o peluche.</li> <li>• aspire las alfombras con una aspiradora que tenga un filtro de tipo HEPA cada semana.</li> </ul>
<p><b>El moho:</b></p> <p>Tiende a formarse en áreas húmedas y calientes.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lave las superficies mohosas con agua caliente y jabón.</li> <li>• Repare los grifos o tuberías que goteen.</li> <li>• Coloque un deshumidificador si su sótano es húmedo.</li> </ul>
<p><b>Los animales:</b></p> <p>Algunas personas son alérgicas a los animales.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• No tenga animales dentro de la casa. Si sus mascotas no pueden permanecer afuera, manténgalas fuera del dormitorio y mantenga la puerta cerrada.</li> <li>• Evite el contacto con los animales y lávese las manos si lo tiene.</li> </ul>
<p><b>Las cucarachas y los ratones:</b> Algunas personas son alérgicas al excremento de estas plagas.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantenga la comida y la basura tapadas.</li> <li>• No lleve comida al dormitorio.</li> <li>• Contrate a un fumigador.</li> </ul>
<p><b>El ejercicio:</b></p> <p>Hacer ejercicio puede desencadenar el asma. Consulte con su médico para que no tenga que dejar de hacer ejercicio.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Use el medicamento de rescate antes de hacer ejercicio si el médico así lo indica.</li> <li>• Haga un calentamiento antes de hacer ejercicio y enfriamiento al final del mismo.</li> <li>• Si hace frío, cúbrase la nariz y la boca con una bufanda.</li> </ul>
<p><b>El polen:</b></p> <p>Los árboles, el pasto y las hierbas pueden desencadenar el asma durante la primavera y el otoño.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantenga puertas y ventanas cerradas durante la temporada de alergias.</li> <li>• Pregúntele al médico si debe tomar medicamento para las alergias.</li> </ul>
<p><b>LOS OLORES FUERTES:</b> Los olores fuertes pueden irritar las vías respiratorias.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evite utilizar productos de limpieza, fijador para el cabello, perfumes y otras sustancias con olores fuertes.</li> </ul>

# Medicamentos para el asma

**Los medicamentos para el asma son principalmente de dos tipos:**

1. Medicamentos de acción rápida o rescate
  - Broncodilatadores
  - Corticoesteroides (en forma líquida o en comprimidos)
2. Medicamentos preventivos o de control
  - Corticoesteroides inhalados
  - Modificadores de leucotrienos

## MEDICAMENTOS DE ACCIÓN RÁPIDA O RESCATE

### **Bronchodilatadores (Albuterol)**

#### **Cómo actúan:**

Ayudan a relajar los músculos que rodean las vías respiratorias para facilitar el flujo de aire.

#### **Cuándo se deben usar:**

Los medicamentos de acción rápida se usan durante un ataque de asma para aliviar la tos, la sibilancia y la falta de aire. Deben utilizarse a la primera señal de un resfriado para evitar que se agudice el asma. Este medicamento aparecerá en la zona amarilla del plan de acción. Una vez que se haya administrado el medicamento, este comenzará a hacer efecto después de unos 5 minutos y le durará unas 4 horas aproximadamente. Si el ejercicio es uno de los factores que desencadenan el asma, puede indicarse el uso de broncodilatadores de 10 a 15 minutos antes de hacer ejercicio para evitar la tos y la falta de aire durante el ejercicio.

#### **Efectos secundarios:**

Pueden producir una aceleración de los latidos del corazón o inquietud. Estos efectos suelen desaparecer después de usar el medicamento durante un tiempo. Consulte a su médico si los efectos secundarios le resultan molestos o no desaparecen.

### **CORTICOESTEROIDES (EN FORMA LÍQUIDA O EN COMPRIMIDOS) (Prednisona, Orapred, Decadron)**

#### **Cómo actúan:**

Ayudan a reducir la inflamación y la mucosidad en las vías respiratorias. Requieren de 6 a 12 horas para empezar a hacer efecto.

#### **Cuándo se deben usar:**

Puede indicarse su uso en aquellos casos en los que el medicamento de rescate (broncodilatador) no haga efecto durante un ataque de asma. Este medicamento aparecerá en la zona roja del plan de acción contra el asma.

#### **Efectos secundarios:**

Pueden producir aumento del apetito, dolor de estómago o sensación de inquietud. Deben tomarse con comida para evitar los efectos secundarios. La meta es que su hijo no necesite este medicamento más de dos veces al año.

## **MEDICAMENTOS DE CONTROL**

### **Corticoesteroides inhalados (QVAR, Flovent, Pulmicort)**

#### **Cómo actúan:**

Reducen la inflamación y la mucosidad en las vías respiratorias y son la mejor medicación para controlar el asma. Si bien son esteroides, son distintos de los esteroides anabólicos que se usan para desarrollar masa muscular y su uso diario no representa un riesgo para la salud. Por ser inhalados, tienen menos efectos secundarios que los que se administran por vía oral.

#### **Cuándo se deben usar:**

Deben usarse todos los días, incluso cuando no se tiene ningún síntoma, para controlar el asma y prevenir un ataque.

#### **Efectos secundarios:**

Pueden producir ronquera e infecciones en la boca causadas por hongos. Para evitar estos efectos, utilice una cámara de inhalación (o espaciador) con el inhalador y haga que su hijo se enjuague bien la boca y escupa después de utilizar este medicamento.

### **Modificadores de leucotrienos (Singulair)**

#### **Cómo actúan:**

Reducen la inflamación y la mucosidad en las vías respiratorias.

#### **Cuándo se deben usar:**

Deben tomarse todos los días, incluso cuando no se tiene ningún síntoma, para controlar el asma y prevenir un ataque. Este medicamento viene en forma de comprimido y debe tomarse en la noche.

#### **Efectos secundarios:**

Pueden producir dolor de cabeza, dolor de estómago y cambios de comportamiento. Consulte a su médico si se presentan estos síntomas.

### **RECOMENDACIONES:**

- Asegúrese de tener suficientes reservas de todos los medicamentos que le hayan indicado (no se quede sin medicamentos).
- Tenga un inhalador para emergencias en la casa y otro en la escuela o guardería.
- Mantenga los medicamentos a la vista y recuerde administrarlos como parte de su rutina cotidiana.
- Siga las instrucciones del plan de acción contra el asma.

# Inhaladores

## ¿Cómo se utiliza un inhalador?

Hay diferentes tipos de inhaladores: inhaladores de dosis controlada (MDI, por sus siglas en inglés), inhaladores activados por la respiración e inhaladores de polvo seco. Siga las instrucciones que se indican a continuación según el tipo de inhalador que le hayan recetado.

Debido a que constantemente se crean nuevos tipos de inhaladores, si el suyo no aparece en esta lista, siga las instrucciones de uso que vienen en la caja de su inhalador.

Si utiliza más de un tipo de inhalador a la vez, el medicamento de acción rápida (por ejemplo, albuterol) deberá usarse primero para abrir las vías respiratorias, de modo que el medicamento que se use a continuación penetre mejor en los pulmones y resulte más eficaz.

## Inhaladores de dosis controlada (MDI)

Los inhaladores de dosis controlada se utilizan con una cámara de inhalación que ayuda a que el medicamento penetre profundamente en los pulmones. Si su hijo no puede aguantar la respiración durante 10 segundos, posiblemente necesitará usar una cámara de inhalación con mascarilla.

### Cómo preparar el inhalador:

1. Retire la tapa del inhalador y de la cámara de inhalación.
2. Agite bien el inhalador (unos 5 segundos) de manera que se mezcle el medicamento con el gas propulsor.
3. Inserte el inhalador en la cámara de inhalación.

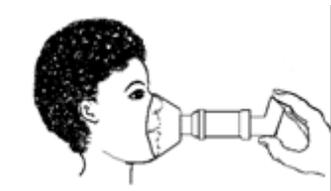
### Cómo usar una cámara de inhalación sin mascarilla:

1. Saque todo el aire de los pulmones lentamente.
2. Coloque la boquilla entre los dientes y sobre la lengua y cierre bien los labios.
3. Presione el inhalador para activarlo al mismo tiempo que se empieza a inhalar, lenta y profundamente, por la boca.
4. Aguante la respiración durante 10 segundos para que el medicamento tenga tiempo de actuar en los pulmones y las vías respiratorias.
5. Exhale lentamente.
6. Espere aproximadamente 1 minuto entre inhalaciones cuando use el medicamento de acción rápida; no es necesario esperar cuando se usa el medicamento de control.



### Cómo usar una cámara de inhalación con mascarilla:

1. Coloque la mascarilla sobre la nariz y la boca.
2. Presione el inhalador.
3. Mantenga la mascarilla apretada alrededor de la nariz y la boca; inhale y suelte el aire de 3 a 5 veces.
4. Enjuáguese bien la boca con agua y escupa después de usar inhaladores de corticoesteroides (de control).



## ¿Cómo se sabe si un inhalador de dosis controlada está vacío?

### No se quede nunca sin inhaladores

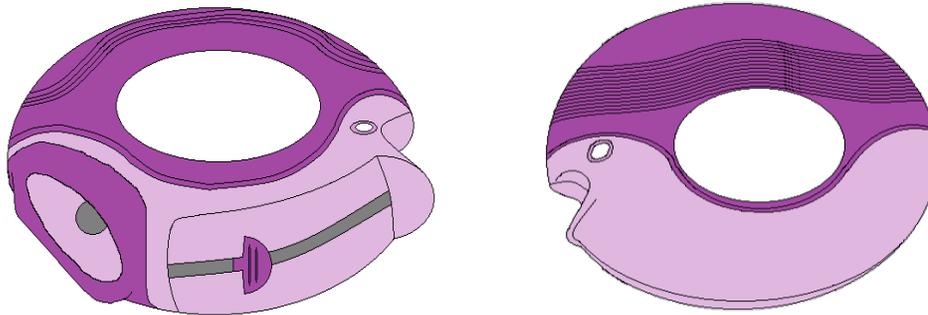
- Los inhaladores vienen con un contador para que pueda ver cuántas dosis quedan. Si el contador marca 0, deseche el inhalador y ocupe uno nuevo.

### ¿Cómo se limpia la cámara de inhalación?

Siga las instrucciones que vienen en la caja de la cámara de inhalación.

### DISCO INHALADOR DE POLVO SECO: Diskus

1. Sostenga el inhalador Diskus con una mano, coloque el pulgar en la hendidura y empuje la tapa hacia atrás lo máximo posible hasta que se encaje con un chasquido y la boquilla aparezca.
2. Coloque el inhalador con la boquilla dirigida a la boca. Deslice la palanca hacia atrás hasta escuchar un clic.
3. Voltee la cabeza hacia un lado para vaciar completamente los pulmones de modo que no sople sobre el dispositivo.
4. Coloque la boquilla entre los labios e inhale profundamente y a un ritmo constante.
5. Retire el inhalador de la boca.



6. Aguante la respiración durante 10 segundos y a continuación exhale lentamente.
7. Cierre el inhalador regresando la tapa a su posición original.
8. Enjuáguese la boca con agua y escupa sin tragar nada.

### ¿Cómo se sabe si el disco inhalador Diskus está vacío?

El disco tiene un contador en la parte superior que indica el número de dosis que quedan; cuando llegue a cero se debe desechar y empezar a usar uno nuevo.

## Inhalador de polvo seco: Flexhaler

### Cómo preparar el inhalador Flexhaler:



Es necesario preparar cada inhalador Flexhaler antes de usarlo por primera vez. Para hacerlo, siga los siguientes pasos:

1. Desenrosque la tapa protectora y retírela.
2. Sostenga el inhalador en posición vertical, con la boquilla hacia arriba.
3. Gire la rosca marrón que está en la base completamente hacia la derecha (hasta donde llegue) y luego hacia la izquierda.
4. Repita el paso 3. El inhalador está listo para usarse.

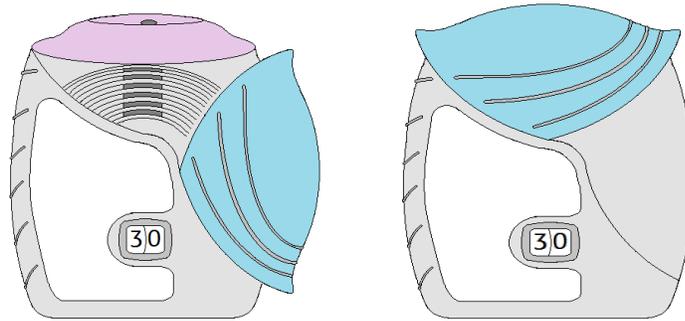
### Cómo usar el inhalador Flexhaler:

1. Desenrosque la tapa protectora y retírela. Sostenga el inhalador en posición vertical, con la boquilla hacia arriba.
2. Gire la rosca marrón que está en la base completamente hacia la derecha (hasta donde llegue) y luego hacia la izquierda hasta que haga clic.
3. Voltee la cabeza hacia un lado para vaciar completamente los pulmones de modo que no sople sobre el dispositivo. (Nota: no se debe agitar el inhalador ni exhalar sobre él.)
4. Coloque la boquilla entre los labios e inhale profundamente y con fuerza hasta llenar los pulmones.
5. Retire el inhalador de la boca.
6. Aguante la respiración durante 10 segundos y a continuación exhale lentamente.
7. Si necesita una segunda dosis, repita los pasos 2 al 6.
8. Al terminar, enrosque la tapa protectora de nuevo.
9. Enjuáguese la boca con agua y escupa sin tragar nada.

### ¿Cómo se sabe si el inhalador Flexhaler está vacío?

El inhalador está vacío cuando el número cero sobre fondo rojo aparece en el centro de la ventanilla. Cuando esto suceda, se debe desechar el inhalador y empezar a usar uno nuevo.

## Inhalador de polvo seco: Eliipta



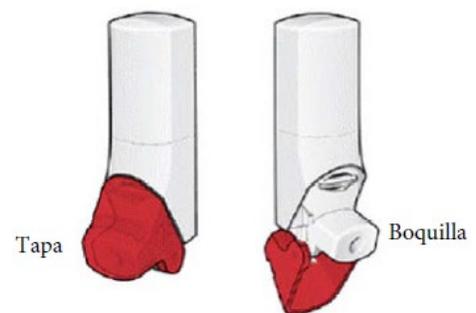
1. Deslice la tapa del inhalador hacia abajo hasta que escuche un clic y aparezca la boquilla. El contador se iniciará y mostrará un número menos. Vacíe completamente los pulmones sin soplar directamente sobre el inhalador.
2. Coloque la boquilla firmemente entre los labios e inhale profunda y lentamente por la boca, a un ritmo constante.
3. Aguante la respiración durante unos 10 segundos.
4. Tenga cuidado de no cubrir las ranuras con los dedos mientras inhala.
5. Retire el inhalador de la boca.
6. Deslice la tapa del inhalador hacia arriba hasta su posición original para cubrir la boquilla.

### ¿Cómo se sabe si el inhalador Eliipta está vacío?

El inhalador está vacío cuando el número “0” aparece en el centro de la ventanilla. Cuando esto suceda, se debe desechar el inhalador y empezar a usar uno nuevo.

## Inhalador de polvo seco: Respiclick

1. Abra la tapa completamente hasta escuchar un clic.
2. Vacíe completamente los pulmones con cuidado de no hacerlo sobre la boquilla del inhalador.
3. Coloque la boquilla en la boca y cierre los labios.
4. Inhale profundamente.
5. Aguante la respiración durante unos 10 segundos.
6. Retire el inhalador de la boca y cierre la tapa.
7. Si necesita una segunda dosis, repita los pasos 1 al 6.



### ¿Cómo se sabe si el inhalador Respiclick está vacío?

El inhalador está vacío cuando el número cero sobre el fondo rojo aparece en el centro de la ventanilla. Cuando esto suceda, se debe desechar el inhalador y empezar a usar uno nuevo.

## **Inhalador de polvo seco: Redihaler (se activa al respirar y no necesita cámara de inhalación)**

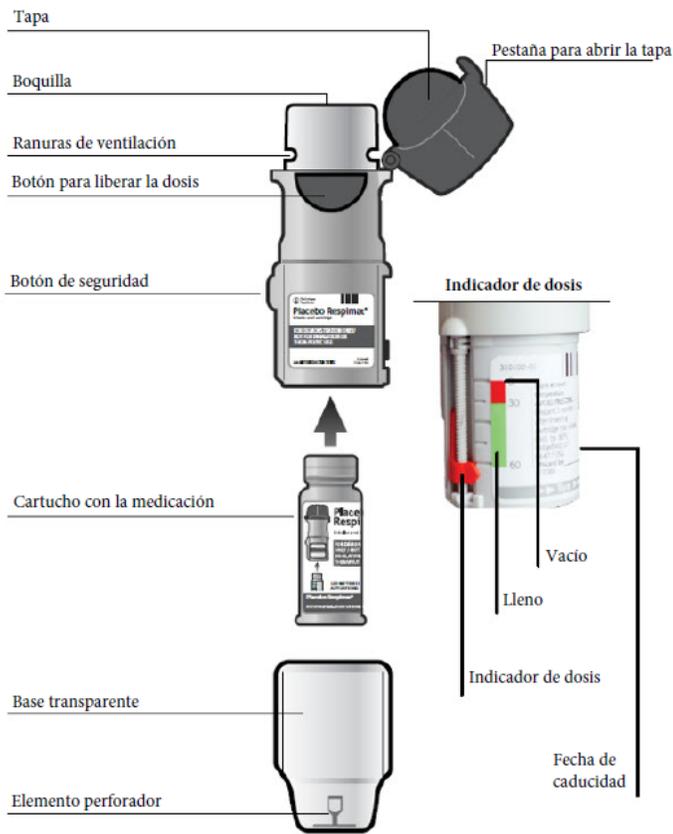
1. Abra la tapa.
2. Sostenga el inhalador en posición vertical.
3. Vacíe completamente los pulmones con cuidado de no hacerlo sobre la boquilla del inhalador.
4. Coloque la boquilla entre los labios y cierre los labios firmemente.
5. Inhale profundamente para que se libere la dosis de medicamento. Escuchará un clic cuando el medicamento comience a salir, así que continúe inhalando.
6. Aguante la respiración durante 10 segundos.
7. Vacíe lentamente los pulmones con cuidado de no hacerlo sobre el inhalador.
8. Cierre la tapa.
9. Si necesita una segunda dosis, repita los pasos 1 al 8.



### **¿Cómo se sabe si el inhalador Redihaler está vacío?**

El inhalador está vacío cuando el contador marca el número cero. Cuando esto suceda, se debe desechar el inhalador y empezar a usar uno nuevo.

## Respimat (inhalador con vapor de desplazamiento lento, no necesita cámara de inhalación)



### Cómo armar y preparar el medicamento

1. Presione el botón de seguridad del inhalador y retire la base transparente con la otra mano. Tenga cuidado de no tocar el elemento perforador.
2. Escriba la fecha en la que debe desechar el inhalador en la etiqueta del envase (número de meses a partir de la fecha en la que empieza a utilizarlo).
3. Inserte el extremo estrecho del cartucho con la medicación en el inhalador.
4. Ponga el inhalador en una superficie plana y presione hacia abajo hasta escuchar un clic.
5. Coloque de nuevo la base transparente de modo que la muesca quede alineada con el botón de seguridad y se escuche un clic.
6. Con la tapa cerrada, gire la base transparente en la dirección de las flechas de la etiqueta hasta que escuche un clic.
7. Presione la pequeña pestaña circular para abrir la tapa completamente.
8. Apunte el inhalador hacia el piso y presione el botón para liberar una dosis. Verá salir un vapor del inhalador.
9. Repita los pasos 7 y 8 hasta que vea salir vapor del inhalador 4 veces.

### Uso diario

1. Con la tapa cerrada, gire la base transparente en la dirección de las flechas de la etiqueta hasta que escuche un clic.
2. Presione la pequeña pestaña circular para abrir la tapa completamente.
3. Exhale por completo lentamente para vaciar los pulmones. Cierre los labios alrededor de la boquilla con cuidado de no cubrir las ranuras de ventilación.
4. Apunte el inhalador hacia la parte trasera de la garganta. Comience a inhalar profundamente a través de la boca, apriete el botón gris para liberar la dosis y siga inhalando.
5. Aguante la respiración durante 10 segundos o durante el tiempo que le resulte cómodo.

# Nebulizador

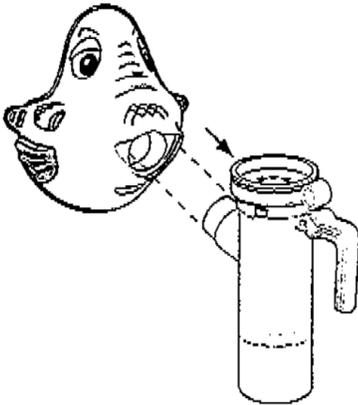
## ¿Qué es un nebulizador?

Cuando se utiliza un nebulizador para administrar los medicamentos para el asma, estos se colocan en un recipiente y se inhalan en forma de vapor con una mascarilla o una boquilla.

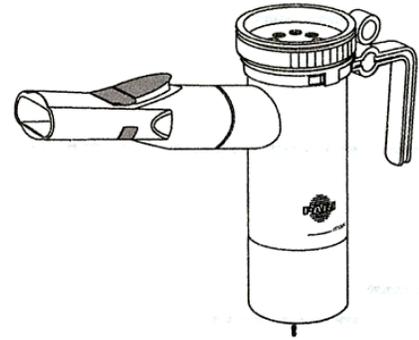
## ¿Cómo se utiliza un nebulizador?

Existen distintos tipos de máquinas y de recipientes, así que es importante consultar con su médico/enfermera especialista acerca de su uso. A continuación se muestran algunos modelos diferentes:

### Para bebés y niños pequeños



### Para niños grandes y adolescentes



A veces se requiere administrar más de un medicamento mediante nebulización. Pregunte a su médico o al farmacéutico sobre la posibilidad de mezclar dos medicamentos en el nebulizador.

El recipiente del nebulizador debe sostenerse en posición vertical durante todo el tratamiento. Es necesario utilizar una mascarilla o una boquilla; el medicamento no llegará hasta los pulmones de su hijo si simplemente se sopla el vapor que sale del tubo sobre la boca y la nariz. Cada nebulización dura de 7 a 10 minutos.

**Mascarilla** – Los niños más pequeños deben utilizar una mascarilla.

**Boquilla** – Los niños más grandes pueden usar una boquilla que deberá colocarse entre los dientes y sobre la lengua. Cada vez que se inhale el medicamento debe verse cómo desaparece el vapor que sale por el extremo opuesto de la boquilla.

## ¿Cómo se limpia el aparato y los accesorios?

Siga las instrucciones que vienen con el nebulizador.

Algunos recipientes son desechables y sólo deben usarse durante una semana, ya que pasado ese período de tiempo el medicamento no llega a los pulmones de manera eficaz. Pregunte a su médico o a la compañía proveedora qué tipo de nebulizador tiene. Asegúrese de tener suficientes suministros adicionales a mano.

Utilice un recipiente no sea desechable y cámbielo cada 6 meses.

Anote el nombre de la compañía que le suministre el aparato y tenga la información a mano por si tiene algún problema o necesita suministros.

## Recursos sobre el asma

### Recursos:

Clínica del asma en Children's Minnesota  
Minneapolis: 612-813-6107  
St. Paul: 651-220-6700

Hospital de Minneapolis  
2525 Chicago Avenue South  
Minneapolis MN 55404  
612-813-6000

Hospital de St. Paul  
345 North Smith Avenue  
St. Paul MN 55012  
651-220-6000

### CENTRO DE RECURSOS PARA LA FAMILIAS EN MINNEAPOLIS

2º piso, frente a la recepción del hospital (Suite 2109)

#### Horario:

De lunes a viernes, de 7 a.m. a 5 p.m.

Sábados, de 10 a.m. a 4 p.m.

#### Horario del personal:

De lunes a viernes, de 9 a.m. a 5 p.m.

Sábados, de 10 a.m. a 4 p.m.

[612-813-6816](tel:612-813-6816)

### CENTRO DE RECURSOS PARA LA FAMILIAS EN ST. PAUL

3º piso en el edificio River Tower (Suite 3107) • Tome los elevadores del edificio River Tower hasta el tercer piso y gire a la derecha al salir del elevador.

#### Horario:

De lunes a viernes, de 7 a.m. a 5 p.m.

#### Horario del personal:

De lunes a viernes, de 9 a.m. a 5 p.m.

[651-220-6368](tel:651-220-6368)

### Información sobre el asma en Children's Physician Network:

[childrensMN.org/services/care-specialties-departments/pediatric-asthma/](http://childrensMN.org/services/care-specialties-departments/pediatric-asthma/)

