



# PASOS A SEGUIR DURANTE UN EPISODIO DE ASMA REFUGIOS

## Signos de Alerta Tempranos

- Tos
- Silbido al respirar
- Respiración corta
- Estornudos frecuentes
- Dolor de pecho

## Signos de Alerta Tardíos

- Su respiración no mejora, o empeora después del tratamiento
- Dificultad para respirar
- Músculos del cuello o pecho están trabajando más que de costumbre
- Dificultad para hablar o caminar
- Los labios o uñas se ponen azules o grises

**1**

Siente a la persona en posición recta.

**2**

Aléjelo de lo que pueda causarle alergia y de los provocadores.\*

**3**

Que la persona utilice su medicamento de rescate según su plan de acción por escrito o tratamiento. Moverlo al lugar determinado por el refugio. Observar si ya no presenta signos de alerta, y si la respiración ha mejorado.

**4**

Identifique a la persona encargada del refugio e informe si no mejora después del tratamiento, presenta signos de alerta tardíos, o no tiene el medicamento.

**5**

Si no hay mejora, llamar al 9-1-1.

**6**

Permanezca con la persona en todo momento.

\*Algunos provocadores del asma son: polvo, hongo/moho, polen, cucarachas, olores fuertes, algunos alimentos, cambios de temperatura, ejercicios extenuantes, humo de cigarrillo, caspa de animales.

