PLAN DE ACCIÓN DEL ASMA

¿CÓMO OBTENER MI PLAN?

- Visite a su médico e indíquele que desea obtener su plan de acción del asma como parte del tratamiento.

- Puede solicitar el documento en la escuela para llevarlo a su médico.

Toda persona con asma necesita tener su propio Plan de Acción de Asma.

Si su hijo o hija fue diagnosticado con asma y no ha presentado síntomas de asma en largo tiempo, aún así debería obtener su plan de acción de asma. Al no presentar síntomas, su hijo o hija no estará acostumbrado a manejarlos. Hable con su médico para obtener un plan de acción de asma que al menos le incluya instrucciones para las zonas amarilla y roja.

Comparta el plan de acción de asma con todas las personas que cuiden a su hijo o hija.

Recuerde:

El asma se puede controlar.

Unidad de Manejo y Control del Asma

Sección de Prevención y Control de Enfermedades Crónicas
Secretaría Auxiliar de Servicios de Salud Integral (SASSI)
Departamento de Salud de Puerto Rico

P.O. Box 70184
San Juan, PR 00936-8184
787-765-2929, Exts. 4145, 4148, 4157
Email: programa.asma@salud.pr.gov
https://www.salud.pr.gov/programa_asma

Revisado: diciembre 2022.
Subsidiado con el acuerdo de colaboración del CDC #NUE1EH001334-01-00 y el Programa de Manejo y Control de Asma del Dpto. de Salud. El contenido es responsabilidad exclusiva de los autores y no necesariamente representa la opinión oficial del CDC.

Controlando tu asma puedes mantener una vida activa y saludable.

DEPARTAMENTO DE **SALUD**

¿QUÉ ES EL PLAN DE ACCIÓN DEL ASMA?

El plan de acción del asma es un documento individualizado que llena el médico en acuerdo con el paciente para ayudarle a controlar su asma. Es una guía que muestra el tratamiento diario de la persona, incluyendo los nombres de los medicamentos, la dosis y cuándo tomarlos. Además, incluye las acciones que debe tomar a diario y cuando ocurren episodios de asma.

Importancia de tener un plan
Debido a que el asma de cada persona es diferente, es importante tener una guía personalizada que le ayude a controlar su asma según sus necesidades.

¿Qué información tiene el plan?

- **Medicamentos a tomar**
- **Cuándo tomar los medicamentos**
- **Desencadenantes del asma**
- **Síntomas**
- **Qué hacer cuando se presentan los síntomas**
- **Cómo controlar un ataque de asma**
- **Cuándo buscar atención médica.**

ESTÁ DIVIDIDO EN 3 ZONAS

Cada zona representa un estado de control de los síntomas:

ZONA VERDE: indica qué hacer cuando está bajo control. Es decir, cuando respiras bien, no tienes tos, puedes hacer tus actividades diarias como de costumbre y duermes bien durante la noche, debes revisar esta zona para seguir las instrucciones.

ZONA AMARILLA: indica que se debe tener precaución. Es decir, esta zona tiene las instrucciones para saber qué hacer cuando comienzan los síntomas de asma como problemas de respiración, tos, sibilancias, pecho apretado, problemas para realizar las actividades diarias y despertarse durante la noche.

ZONA ROJA: indica que debe conseguir ayuda. Es decir, esta zona tiene las instrucciones para saber qué hacer cuando la respiración es rápida, no puede parar de toser, tiene dificultad para respirar, no puede realizar las actividades diarias o los labios y uñas se ven azules.

LEYES Y REGLAMENTOS

- **Ley 56 (2006) Ley de Tratamiento de Estudiantes que Padecen Asma, Diabetes u otra enfermedad:** Establece que todo estudiante de escuela pública o privada tendrá derecho a administrarse, por cuenta propia, los medicamentos para el tratamiento de su condición.

- **Reglamento 9224:** Permite a los niños administrarse, por cuenta propia, los medicamentos de asma en la escuela y en actividades extracurriculares, durante el horario escolar regular y extendido. Establece los documentos requeridos para la matrícula de estudiantes con asma:
  - **Certificación médica**
  - **Plan de Acción de Asma**
  - **Autorización o Revelo de responsabilidad**

- **Orden Administrativa 473:** Plantea que todo médico o especialista debe completar el plan de acción del asma y que este documento no debe implicar un costo adicional para la persona que lo solicita.