

# LECCIÓN 7 Metas del manejo del asma

## Herramienta de enseñanza #1

### Respuestas pre-prueba y post-prueba

1. **¿Cuál de las siguientes no es una meta del manejo del asma?**
  - A. No toser
  - B. Solo una leve dificultad para respirar, sibilancia (resuello) u opresión en el pecho**
  - C. No despertarse durante la noche debido a los síntomas de asma
  - D. Actividades normales incluyendo jugar, hacer deportes, ejercicio u otras actividades escolares y de las guarderías
2. **¿Cuál de las siguientes no es una meta del manejo del asma?**
  - A. No faltar más de 1 o 2 veces a la escuela o actividades**
  - B. No tener episodios agudos (ataques) que requieran visitar al médico, ir a la sala de emergencias o visitar un centro de atención urgente
  - C. No faltar al trabajo u otras actividades por parte del padre o persona a cargo del niño
  - D. Función pulmonar normal (o casi normal)
3. **Su niño debe participar en su manejo del asma.**
  - Verdadero**
  - Falso
4. **Llame al número de emergencia (9-1-1) si su niño presenta alguna de estas señales de alarma de la Zona Roja:**
  - Los labios o las uñas de los dedos del niño están azulados.
  - La piel del niño se hunde alrededor del cuello o las costillas.
  - El niño tiene dificultad para caminar o para hablar debido a que le falta el aire.
  - El niño no le responde.
  - Verdadero**
  - Falso
5. **Los niños con asma deben consultar a un médico acerca de su asma dos veces al año.**
  - Verdadero**
  - Falso



Asthma and Allergy  
Foundation of America

© 2013 AAFA

Wee Breathers™

# LECCIÓN 7 Metas del manejo del asma

## Guía de estudio #1

### Pre-Prueba

1. **¿Cuál de las siguientes no es una meta del manejo del asma?**
  - A. No toser
  - B. Solo una leve dificultad para respirar, sibilancia (resuello) u opresión en el pecho
  - C. No despertarse durante la noche debido a los síntomas de asma
  - D. Actividades normales incluyendo jugar, hacer deportes, ejercicio u otras actividades escolares y de las guarderías
2. **¿Cuál de las siguientes no es una meta del manejo del asma?**
  - A. No faltar más de 1 o 2 veces a la escuela o actividades
  - B. No tener episodios agudos (ataques) que requieran visitar al médico, ir a la sala de emergencias o visitar un centro de atención urgente
  - C. No faltar al trabajo u otras actividades por parte del padre o persona a cargo del niño
  - D. Función pulmonar normal (o casi normal)
3. **Su niño debe participar en su manejo del asma.**
  - Verdadero
  - Falso
4. **Llame al número de emergencia (9-1-1) si su niño presenta alguna de estas señales de alarma de la Zona Roja:**
  - Los labios o las uñas de los dedos del niño están azulados.
  - La piel del niño se hunde alrededor del cuello o las costillas.
  - El niño tiene dificultad para caminar o para hablar debido a que le falta el aire.
  - El niño no le responde.
  - Verdadero
  - Falso
5. **Los niños con asma deben consultar a un médico acerca de su asma dos veces al año.**
  - Verdadero
  - Falso



Asthma and Allergy  
Foundation of America

© 2013 AAFA

Wee Breathers™

# LECCIÓN 7 Metas del manejo del asma

## Guía de estudio #2 Test de control del asma™ (ACT)

### Test de Control del Asma Infantil™ para niños de 4 a 11 años.

#### Cómo tomar el Test de control del asma infantil™

- Paso 1** Deje que su niño responda las primeras 4 preguntas (1 a 4). Si su niño necesita ayuda para leer o entender alguna pregunta, usted puede ayudar, pero deje que su niño elija la respuesta. Conteste usted las siguientes tres preguntas (5 a 7) y no permita que las respuestas de su niño afecten sus respuestas. No hay respuestas correctas o incorrectas.
- Paso 2** Escriba el número de cada respuesta en el cuadro de puntaje.
- Paso 3** Sume cada uno de los puntajes del cuadro para el total.
- Paso 4** Lleve la prueba a su médico para hablar de la puntuación total de su hijo.

**19**  
o menos

Si el puntaje de su niño es 19 o menos, puede ser una señal de que el asma de su niño no está tan bien controlada como podría estar. Sin importar el resultado, lleve esta prueba a su médico para hablar sobre los resultados de su niño.

Deje que su niño conteste estas preguntas.

1. ¿Cómo está su asma hoy?

0 Muy Mal	1 Mal	2 Bueno	3 Muy Bueno	Puntaje
				<input type="text"/>

2. ¿Qué tan problemática es su asma cuando corre, hace ejercicio o practica algún deporte?

0 Es un problema grande, no puedo hacer lo que quiero hacer	1 Es un problema y no me siento bien.	2 Es un problema pequeño, pero está bien.	3 No es un problema.	<input type="text"/>
--	--	--	-------------------------	----------------------

3. ¿Tiene tos debido a su asma?

0 Sí, todo el tiempo.	1 Sí, la mayoría del tiempo	2 Sí, algunas veces.	3 No, nunca.	<input type="text"/>
--------------------------	--------------------------------	-------------------------	-----------------	----------------------

4. ¿Se despierta por la noche debido a su asma?

0 Sí, todo el tiempo.	1 Sí, la mayoría del tiempo	2 Sí, algunas veces.	3 No, nunca.	<input type="text"/>
--------------------------	--------------------------------	-------------------------	-----------------	----------------------

Por favor conteste usted las siguientes preguntas.

5. Durante las últimas 4 semanas, ¿cuántos días tuvo su niño síntomas de asma durante el día?

5 Nunca	4 1-3 días	3 4-10 días	2 11-18 días	1 19-24 días	0 Todos los días	<input type="text"/>
------------	---------------	----------------	-----------------	-----------------	---------------------	----------------------

6. Durante las últimas 4 semanas, ¿cuántos días su niño tuvo sibilancia (resuello) debido al asma?

5 Nunca	4 1-3 días	3 4-10 días	2 11-18 días	1 19-24 días	0 Todos los días	<input type="text"/>
------------	---------------	----------------	-----------------	-----------------	---------------------	----------------------

7. Durante las últimas 4 semanas, ¿cuántos días su niño se despertó en la noche debido al asma?

5 Nunca	4 1-3 días	3 4-10 días	2 11-18 días	1 19-24 días	0 Todos los días	<input type="text"/>
------------	---------------	----------------	-----------------	-----------------	---------------------	----------------------

Las respuestas a continuación no se deben sumar al puntaje total. Estas respuestas las debe comentar con el médico de su niño.

En los últimos 12 meses, ¿cuántas veces ha ido a la sala de emergencia con su niño debido al asma (que no haya resultado en hospitalización)? \_\_\_\_\_

En los últimos 12 meses, ¿cuántas hospitalizaciones ha tenido su niño debido al asma? \_\_\_\_\_

TOTAL



Asthma and Allergy  
Foundation of America

© 2013 AAFA

Adaptado de sibilantes Wee en casa - Un programa de visitas al hogar para familias de niños pequeños con asma. 2003 Josephine V. Brown, Alice S. Demi y Sandra R. Wilson - Instituto Fundación de Investigación Médica de Palo Alto

Wee Breathers™

# LECCIÓN 7 Metas del manejo del asma

## Guía de estudio #3

### Manejo del asma según la etapa de desarrollo

Etapa de desarrollo	Asuntos clave	Respuestas de los padres apropiadas para el desarrollo
<b>Infancia (6 a 18 meses)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Desarrollar una conexión con los padres</li><li>• Miedo a los extraños</li><li>• Referencia social (juzgando las reacciones de los padres ante nuevas situaciones)</li><li>• El niño ve a los padres como “refugio seguro” de quien aprender acerca de su mundo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Entienda que los niños de esta edad se vuelven más apegados y quieren estar cerca de sus madres cuando están asustados o enfermos.</li><li>• Deje que el niño juegue con el nebulizador para reducir el miedo. Cuando el niño tiene que usar el nebulizador, manténgalo en su regazo y léale o entreténgalo.</li><li>• Tenga en cuenta que el niño aprenderá de cómo reacciona el padre a la medicina y a nuevas situaciones.</li></ul>
<b>Los infantes (18 a 36 meses)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• La etapa de autonomía (independencia)</li><li>• El niño suele decir “no”, “mi”, “mío”, y quiere hacer las cosas por sí mismo.</li><li>• Al niño le gusta “ayudar” en las tareas domésticas y quiere agrandar y hacer las cosas de la manera correcta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dele opciones al niño, tales como “¿Quieres puré de manzana o jugo de manzana para hacer que se vaya el mal sabor?”</li><li>• Deje que el niño le ayude a limpiar los residuos (por ejemplo, equipos de lavado, guardar los juguetes).</li><li>• Deje que el niño le ayude con el embalaje y mostrando medicamentos al médico.</li></ul>
<b>La primera infancia (3 a 5 años)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Roles y modelos (copia)</li><li>• Capacidad para autorregularse (pensar, planear, aprender acerca de sí mismo)</li><li>• El niño empezará a imitar modelos a seguir (adultos, hermanos mayores) y comenzará a ser capaz de hacer lo correcto por sí mismo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ofrezca al niño buenos modelos de conducta (por ejemplo, no fumar).</li><li>• Haga que los hermanos mayores actúen como buenos modelos a seguir.</li><li>• Pregunte al niño: “¿Qué vas a hacer ahora?” En lugar de decirle al niño lo que debe hacer.</li><li>• Conduzca al niño a crear el hábito de mantener una tabla de síntomas de asma diarios.</li></ul>



Asthma and Allergy Foundation of America

© 2013 AAFA

Wee Breathers™

# LECCIÓN 7 Metas del manejo del asma

## Guía de estudio #3

### Manejo del asma según la etapa de desarrollo

Etapa de desarrollo	Asuntos clave	Respuestas de los padres apropiadas para el desarrollo
<b>Transición a la escuela (5 a 7 años)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ir a la escuela</li><li>• El niño pasa más tiempo con otros adultos (por ejemplo, maestros) y con los compañeros</li><li>• El niño tiene cada vez más responsabilidad de las tareas fuera de la supervisión de un adulto, y se espera que esté listo para aprender en la escuela</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Los maestros y demás personas deben reforzar lo que el niño ha aprendido en casa.</li><li>• Los maestros y demás personas tienen que saber que con un correcto control del asma, el niño debe ser capaz de participar en la mayoría de las actividades.</li><li>• Los maestros necesitan aprender lo que está relacionado con el auto-manejo del asma.</li><li>• Los profesores tienen que ayudar a los compañeros de clase a aprender a entender y respetar, para que no vayan a molestar al niño cuando tiene que tomar medicamentos o no se siente bien para jugar.</li><li>• Los niños pueden comenzar a participar en programas más formales de educación sobre el asma.</li></ul>

**Nota: Esta tabla es sólo una guía. Los padres tienen que decidir lo que es correcto para su hijo. Algunos niños pueden ser más avanzados para su edad y capaces de asumir tareas de mayor nivel. Otros niños estarán menos avanzados para su edad e incapaces de asumir tareas del nivel de su edad.**



Asthma and Allergy  
Foundation of America

© 2013 AAFA

Wee Breathers™

# LECCIÓN 7 Metas del manejo del asma

## Guía de estudio #4

Enseñar destrezas para el manejo del asma a niños pequeños

<b>X:</b>	El niño es demasiado pequeño para esto.
<b>Con Ayuda:</b>	El niño y el adulto tienen que hacer esto juntos.
<b>Con Supervisión:</b>	El niño puede aprender a hacer esto pero es necesario que un adulto revise que está bien hecho.
<b>Solo:</b>	El niño puede aprender a hacer esto por sí mismo.

Destreza	3 Años Puede hacer esto...	5 Años Puede hacer esto...	7 Años Puede hacer esto...
<b>Administrar medicina para el asma</b>			
Alcanzar/Guardar contenedores	Con ayuda	Con supervisión	Con supervisión
Armar/limpiar el equipo	Con ayuda	Con supervisión	Con supervisión
Medir la medicina	X	Con ayuda	Con supervisión
Tomar la medicina	Con ayuda	Con ayuda	Con supervisión
Usar inhalador con espaciador	X	Con ayuda	Con supervisión
<b>Prevenir síntomas de asma</b>			
Evitar detonantes (gente fumando, polvo, etc.)	Con ayuda	Solo	Solo
Evitar alérgenos de alimentos	X	Con ayuda	Con supervisión
Tomar medicina antes del ejercicio	Con ayuda	Con supervisión	Con supervisión
Hablar con los adultos de los detonantes	Con ayuda	Solo	Solo
Usar las (instrucciones de la Zona Verde) del Plan de acción para el asma	X	Con ayuda	Con supervisión



Asthma and Allergy  
Foundation of America

© 2013 AAFA

Adaptado de sibilantes Wee en casa - Un programa de visitas al hogar para familias de niños pequeños con asma. 2003 Josephine V. Brown, Alice S. Demi y Sandra R. Wilson - Instituto Fundación de Investigación Médica de Palo Alto

Wee Breathers™

# LECCIÓN 7 Metas del manejo del asma

## Guía de estudio #4

Enseñar destrezas para el manejo del asma a niños pequeños (cont.)

Destreza	3 Años Puede hacer esto...	5 Años Puede hacer esto...	7 Años Puede hacer esto...
<b>Tratar síntomas tempranos</b>			
Usar el medidor de flujo máximo	X	Con supervisión	Con supervisión
Reconocer síntomas (señales de alerta)	Con supervisión	Con supervisión	Solo
Informar a un adulto	Con supervisión	Con supervisión	Solo
Descansar	Con ayuda	Con ayuda	Solo
Usar las (instrucciones de la Zona Amarilla) del Plan de acción para el asma	X	Con ayuda	Con supervisión
<b>Tratar ataques de asma</b>			
Suspender actividad/descansar	Con ayuda	Con supervisión	Solo
No sentir pánico	Con ayuda	Con supervisión	Con supervisión
Llamar para pedir ayuda, pedirle ayuda a un adulto	Con ayuda	Con supervisión	Solo
Usar las (instrucciones de la Zona Roja) del Plan de acción para el asma	X	Con ayuda	Con supervisión
<b>Hacer seguimiento</b>			
Tomar la medicina según el horario	Con ayuda	Con ayuda	Con supervisión
Registrar cuándo se ha tomado la medicina	X	Con ayuda	Con supervisión
Hacer seguimiento de cuándo volver a ordenar la medicina	X	X	Con supervisión



Asthma and Allergy  
Foundation of America

© 2013 AAFA

Adaptado de sibilantes Wee en casa - Un programa de visitas al hogar para familias de niños pequeños con asma. 2003 Josephine V. Brown, Alice S. Demi y Sandra R. Wilson - Instituto Fundación de Investigación Médica de Palo Alto

Wee Breathers™

# LECCIÓN 7 Metas del manejo del asma

## Guía de estudio #4

Enseñar destrezas para el manejo del asma a niños pequeños (cont.)

Destreza	3 Años Puede hacer esto...	5 Años Puede hacer esto...	7 Años Puede hacer esto...
<b>Saber acerca del asma</b>			
Qué les pasa a los pulmones	X	Con ayuda	Con supervisión
Síntomas del Asma	X	Con ayuda	Con supervisión
Desencadenantes	Con ayuda	Solo	Solo
Nombres, acciones de las medicinas	X	Con ayuda	Con supervisión
Efectos secundarios de las medicinas	X	Con ayuda	Con ayuda
Alimentos incompatibles con las medicinas	X	Con ayuda	Con ayuda
<b>Aprender más acerca del asma</b>			
Aprender de videos	Con ayuda	Solo	Solo
Aprender de los médicos y las enfermeras	X	Con supervisión	Solo
Aprender de libros y folletos	X	Con ayuda	Con supervisión
<b>Hablar con otros acerca del asma</b>			
Parientes y familiares adultos	X	Con ayuda	Con supervisión
Hermanos y amigos	X	Con ayuda	Con ayuda
Médicos y enfermeras	X	Con supervisión	Solo



Asthma and Allergy  
Foundation of America

© 2013 AAFA

Adaptado de sibilantes Wee en casa - Un programa de visitas al hogar para familias de niños pequeños con asma. 2003 Josephine V. Brown, Alice S. Demi y Sandra R. Wilson - Instituto Fundación de Investigación Médica de Palo Alto

Wee Breathers™



# LECCIÓN 7 Metas del manejo del asma

## Guía de estudio #5

### Luz roja, luz verde: Síntomas de asma



#### **PARE\*\***

Llame al número de emergencia (9-1-1) si el niño tiene alguno de estos síntomas peligrosos:

- Los labios o las uñas de los dedos azulados
- El niño no le responde
- La piel del niño se adhiere a su cuello o sus costillas
- El niño tiene dificultad para caminar o para hablar debido a la falta de aire
- La respiración es difícil y rápida
- Mucha tos
- La nariz se abre bastante (ensanchamiento)
- Encorvado
- La medicina de rescate/ de alivio rápido para el asma no ayuda

**\*\*Llame a su doctor o al 9-1-1**



#### **DESPACIO\***

**Tos**  
**Sibilancia (resuello) leve**  
**Dificultad para respirar**  
**Pecho apretado**  
**Tos por la noche**

#### **Otros síntomas:**

- Círculos oscuros debajo de los ojos
- Esta pálido, cansado o sintiéndose débil
- Picazón en la barbilla
- Comezón, picazón, dolor de garganta o carraspear mucho
- Nariz que moquea, congestión nasal o frotarse mucho
- Estornudos
- Dolor de estómago o de cabeza
- Cambios de estado de ánimo como estar muy irritable, muy callado o inquieto
- Brote de eccema

**\*Siga su plan de acción para el asma y ¡llame al doctor!**



#### **¡SIGA!**

- Respira con facilidad
- No tiene tos ni sibilancia (resuello)
- Duerme toda la noche
- Puede jugar o practicar deportes sin problemas de respiración

**¡Siga haciendo lo que está haciendo!**



Asthma and Allergy  
Foundation of America

© 2013 AAFA

Wee Breathers™

# LECCIÓN 7 Metas del manejo del asma

## Guía de estudio #6

### Cosas para decirle al médico de mi hijo cuando mi hijo tiene síntomas de asma

#### Condiciones actuales de mi niño

- Mi niño tiene resfriado  Sí  No
- Mi niño tiene fiebre  Sí  No
- El resfriado o la fiebre de mi niño empezó \_\_\_\_\_
- Frecuencia respiratoria \_\_\_\_\_ respiraciones por minuto
- Mejor flujo máximo de mi niño \_\_\_\_\_
- Flujo máximo actual de mi niño \_\_\_\_\_
- Interior de labios o uñas de los dedos azulados  Sí  No
- Sibilancia (resuello)  Sí  No
- Los espacios entre las costillas o alrededor de la clavícula se hundieron cuando el niño respira  Sí  No
- Cansancio  Sí  No
- Tos todo el tiempo  Sí  No
- ¿Cuándo empezaron los síntomas? \_\_\_\_\_
- ¿Dónde estaba el niño cuando empezaron los síntomas? \_\_\_\_\_
- ¿Estuvo expuesto el niño a algún posible desencadenante?  Sí  No
- Si es así, ¿qué detonante (¿alrededor de qué estaba el niño?) \_\_\_\_\_

#### Lo que hice para tratar los síntomas

- Le di a mi niño estas medicinas  Sí  No

#### Medicina

#### Dosis

#### ¿Cuándo se la dió?

_____	_____	_____
_____	_____	_____

#### Otras cosas que hice:

- Hice que mi niño(a) se quedara tranquilo  Sí  No

Otro \_\_\_\_\_

#### ¿Los síntomas

- Se mejoraron
- Permanecieron igual
- Se empeoraron

#### ¿El índice de flujo máximo:

- Se mejoraron
- Permanecieron igual
- Se empeoraron



Asthma and Allergy  
Foundation of America

# LECCIÓN 7 Metas del manejo del asma

## Guía de estudio #7 Post-Prueba

1. **¿Cuál de las siguientes no es una meta del manejo del asma?**
  - A. No toser
  - B. Solo una leve dificultad para respirar, sibilancia (resuello) u opresión en el pecho
  - C. No despertarse durante la noche debido a los síntomas de asma
  - D. Actividades normales incluyendo jugar, hacer deportes, ejercicio u otras actividades escolares y de las guarderías
2. **¿Cuál de las siguientes no es una meta del manejo del asma?**
  - A. No faltar más de 1 o 2 veces a la escuela o actividades
  - B. No tener episodios agudos (ataques) que requieran visitar al médico, ir a la sala de emergencias o visitar un centro de atención urgente
  - C. No faltar al trabajo u otras actividades por parte del padre o persona a cargo del niño
  - D. Función pulmonar normal (o casi normal)
3. **Su niño debe participar en su manejo del asma.**
  - Verdadero
  - Falso
4. **Llame al número de emergencia (9-1-1) si su niño presenta alguna de estas señales de alarma de la Zona Roja:**
  - Los labios o las uñas de los dedos del niño están azulados.
  - La piel del niño se hunde alrededor del cuello o las costillas.
  - El niño tiene dificultad para caminar o para hablar debido a que le falta el aire.
  - El niño no le responde.
  - Verdadero
  - Falso
5. **Los niños con asma deben consultar a un médico acerca de su asma dos veces al año.**
  - Verdadero
  - Falso



Asthma and Allergy  
Foundation of America

© 2013 AAFA

Wee Breathers™