



## ZONA VERDE: Asma bajo control

- No presenta tos, dificultad para respirar, opresión en el pecho ni falta de aire durante el día y la noche.
- Puede hacer sus actividades diarias.

**En caso de utilizar medidor de flujo máximo:**

**Flujo espiratorio máximo:** más de \_\_\_\_\_  
(≥80% de la mejor medida del flujo espiratorio máximo).

La mejor medida del flujo espiratorio máximo de mi hijo es \_\_\_\_\_

## Medidas a tomar en la zona verde

---

---

---

---

---

---

(Anota aquí las recomendaciones del médico de tu hijo)

## ZONA AMARILLA: El asma está empeorando

- Presenta tos, opresión en el pecho o falta de aire, o
- Se despierta por la noche debido al asma, o
- Puede hacer algunas de sus actividades diarias, pero no todas

**O**

**Flujo espiratorio máximo:** entre \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_  
(50%-79% de la mejor medida del flujo espiratorio máximo).

## Medidas a tomar en la zona amarilla

---

---

---

---

---

---

(Anota aquí las recomendaciones del médico de tu hijo)

## ZONA ROJA: Alerta médica

- Falta de aire, o
- La medicación de rescate no ha ayudado, o
- No puede hacer sus actividades diarias, o
- Tiene los mismos síntomas o peores tras 24 horas en la ZONA AMARILLA

**O**

**Flujo espiratorio máximo:** menos de \_\_\_\_\_  
(50% de la mejor medida del flujo espiratorio máximo).

## Medidas a tomar en la zona roja

---

---

---

---

---

---

(Anota aquí las recomendaciones del médico de tu hijo)

### SIGNOS DE PELIGRO

- Dificultad para andar y hablar debido a la falta de aire
- Los labios o las uñas están azules