

REVISE SUS SÍNTOMAS DE ASMA

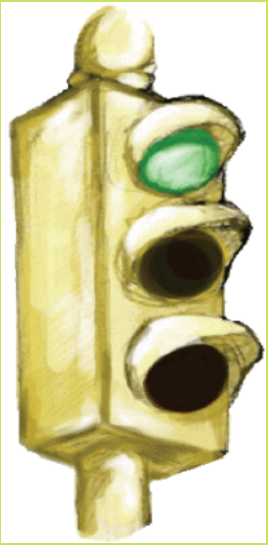
¡Piensa en un semáforo!

¡Piense en cada color del semáforo como una "zona" de asma! ¡Siga los consejos a continuación para cada zona para mantenerse en control!

Zona Verde Verde significa GO!

Si no tiene síntomas de asma en absoluto, ¡está en la zona verde!

Consejos: ¡Sigue tomando medicamentos controladores diarios! ¡Sigue controlando los desencadenantes del asma!



Zona Amarilla: Temprano

- **Antes** de un ataque de asma, puede sentir:
- tos
- alergias
- síntomas de cansancio
- resfriado
- no dormir toda la noche

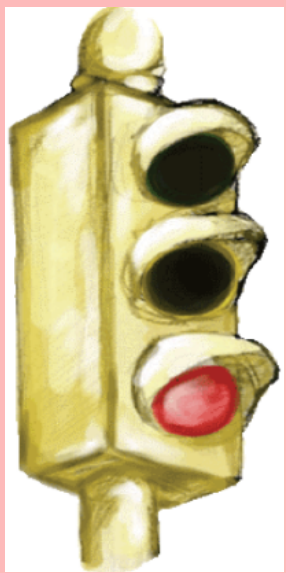
Consejo: ¡tome su aliviador rápido AHORA antes de que estos síntomas se conviertan en un ataque de asma!

Zona Amarilla: Tarde

Cuando comienza el ataque de asma, puede sentir:

- tos
- silbidos en el pecho
- opresión en el pecho
- falta de aliento

Consejo: ¡No esperes! ¡Tome su medicamento de alivio rápido AHORA!



Zona Roja Rojo significa STOP!



Usted puede sentir:

- que su medicamento de alivio no está funcionando
- caminar y hablar es difícil hacer
- que los labios y las uñas se vuelvan pálidas o azules

Consejos:

- Tome un medicamento de alivio rápido (o tómelo de nuevo)
- Obtenga ayuda: atención de urgencia o 911