

TOMA EL CONTROL, PARTICIPA DE TU CUIDADO

**50 DE CADA 100
PACIENTES CON
ASMA GRAVE TIENEN
MAL CONTROL DE SU
ENFERMEDAD¹**

Si tienes un mal control de los síntomas de tu asma y sientes con frecuencia tos, sibilancias y dificultad para respirar, tendrás mayor riesgo de exacerbaciones, hospitalización y uso de corticoides sistémicos.¹



Lograr el control es posible.

Extrema tus medidas de cuidado: ¹



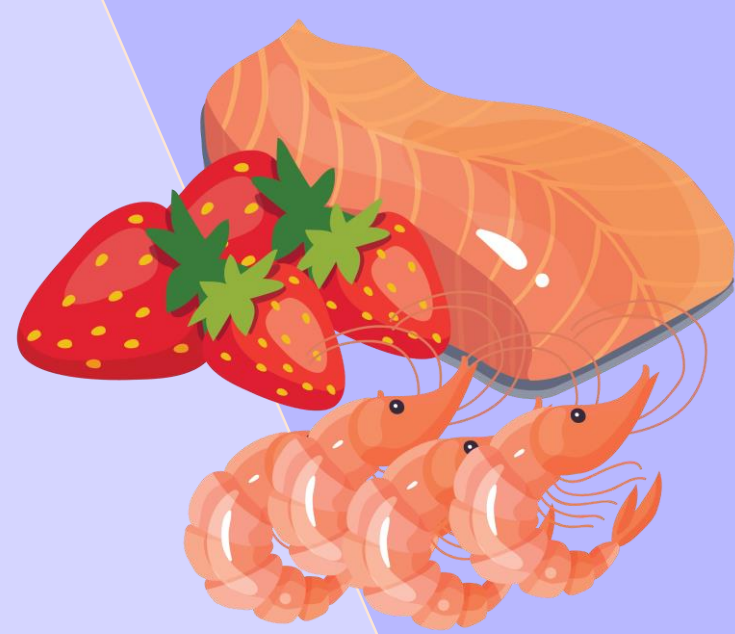
Evita la exposición a tóxicos



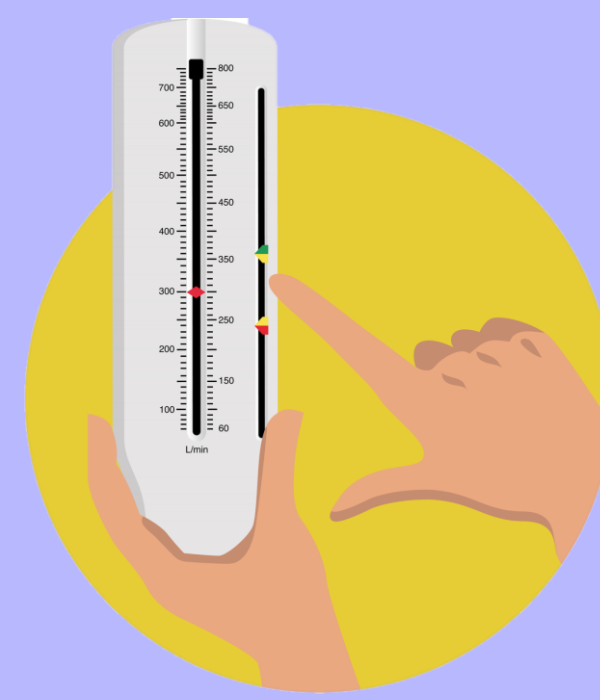
Mantén tu ambiente libre de alérgenos



Evita el tabaquismo activo y pasivo



Aliméntate saludablemente, evita alimentos a los que seas alérgico



Lleva el registro de tu pico flujo

**Cumple con el tratamiento
y las recomendaciones de tu
médico: ²**

- ❖ Conoce tu enfermedad y su manejo.
- ❖ Dialoga con tu médico las dudas que tengas.
- ❖ Reclama tus medicamentos a tiempo.



- ❖ Asiste a la cita de aplicación de tus medicamentos; si tienes biológicos prescritos.
- ❖ Usa tu inhalador de control y de rescate según las indicaciones de tu médico.

1. Open Respiratory Archives, ISSN: 2659-6636, Vol: 2, Issue: 3, Page: 158-174 [internet] <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S265966362030014X> [consultado] Agosto 2021.

2. EHRICA. Cumplimiento y adherencia al tratamiento.(2020) <https://www.ehrica.org/cumplimiento-tratamiento/>. [consultado Noviembre 2020]