

Bem

- Respirando bem
- Sem tosse ou chiado
- Pode brincar e correr
- Dorme bem a noite

Peak flow: (85 a 100%)
_____ a _____



Medicamento de controle: uso diário

Nome	Dose	Horário

Evite gatilhos	
Resfriado	Cheiro forte
Ácaro	Poeira
Fumaça	Mudanças de tempo
Animais de pelo ou pena	Emoções
Pólen	Mofo

Sintomas leves

- Ao primeiro sinal de resfriado
- Tosse ou chiado leve/moderado
- Cansaço aos esforços
- Despertar noturno por tosse

Peak flow: (60 a 84%)
_____ a _____



Medicamento de controle: uso diário

Nome	Dose	Horário

Medicamento de alívio rápido

Nome	Dose	Horário

Obs: manter medicamento de alívio rápido até que os sintomas voltem à Zona Verde (sem tosse).

Crise de asma

- Tosse ou chiado moderado/severo
- Respiração muito rápida
- Medicação de alívio a cada 2 a 3 horas
- Retração da pele entre as costelas
- Sono muito interrompido pela tosse

Peak flow: (40 a 59%)
_____ a _____



Medicamento de controle: uso diário

Nome	Dose	Horário

Medicamento de alívio rápido

Aerolin	Intervalo de 20 min	Aerolin	Intervalo de 20 min	Aerolin
---------	---------------------	---------	---------------------	---------

Obs: havendo melhora, siga o Plano da Zona Amarela. Sem melhora, inicie corticóide oral.

Corticóide oral (1 mg/kg)

Nome	Dose	Horário

Obs: havendo melhora, siga o Plano da Zona Amarela e mantenha o corticóide por 3 a 5 dias.

Sem melhora, siga o Plano da Zona Vermelha.

Emergência

- Medicamentos não estão ajudando
- Batimentos de asas do nariz
- Retração severa da pele entre as costelas
- Dificuldade de andar e falar
- Lábios / Dedos azulados

Peak flow: (0 a 39%)
_____ a _____



Vá para o serviço de Atendimento de Emergência do Hospital mais próximo.

Administre o medicamento de alívio, na dose recomendada abaixo, até o atendimento médico.

Inicie o corticóide oral na dose recomendada abaixo. Se já administrou a dose habitual (1 mg/kg), repita.

Agende consulta com o seu médico com urgência.

Medicamento de alívio rápido

Nome	Dose	Horário

Corticóide oral (2 mg/kg)

Nome	Dose	Horário

Como administrar medicamentos em spray com os espaçadores?



Espaçador com Máscara:

- Prepare o spray removendo a tampa, agitando bem o frasco e colocando-o na abertura de borracha do espaçador
- Coloque a máscara do espaçador firmemente sobre o rosto da criança, certificando-se que a mesma cubra o nariz e a boca e não haja espaços entre a máscara e o rosto da criança
- Pressione a parte metálica para liberar um jato da medicação
- Deixe que a criança respire normalmente (se possível com a boca aberta) por pelo menos 6 vezes (aproximadamente 20 segundos)

Recomendações:

- Se uma nova dose for recomendada, repetir todos os passos anteriores após 1 minuto de intervalo. Não aplique mais de um jato de cada vez dentro do espaçador.
- Se a medicação em uso for um corticosteroide, ofereça algum líquido após a aplicação do spray ou oriente a criança a lavar a boca com água. Este procedimento diminui o risco de aquisição de candidíase oral (“sapinho”)

Espaçador sem máscara:

- Prepare o spray removendo a tampa, agitando bem o frasco e colocando-o na abertura de borracha do espaçador
- Peça à criança para expirar profundamente, “esvaziando” os pulmões
- Coloque o bocal do espaçador entre os dentes da criança, orientando-a a fechar os lábios em volta deste bocal
- Pressione a parte metálica para liberar um jato da medicação
- Peça para a criança fazer uma inspiração lenta e profunda, prendendo o ar (e a medicação inspirada) por 10 segundos, ou o máximo que ela conseguir
- Caso a criança não consiga fazer a inspiração profunda e/ou prender a respiração, oriente-a a respirar pelo menos 6 vezes, lenta e profundamente

Cuidados de Higiene:

- Limpe o espaçador antes da primeira utilização e repita o processo semanalmente
- Desconecte as peças e lave com água e detergente neutro. Enxague tudo em água corrente
- Observação: após a lavagem, as câmaras de espaçadores de plástico ou acrílico deverão ser mergulhadas em solução de água com detergente neutro (2 gotas/litro de água) por 30 minutos. Não enxágue. Agite para remover o excesso de água.
- Coloque as peças para secar naturalmente na posição vertical sobre toalha.
- Remonte o espaçador quando completamente seco.

>> PLANO DE AÇÃO <<
COMO CONTROLAR
a asma

www.amipersonali.com

Praça Augusto Leite, 656 - Barro Vermelho
Natal - RN, 59020-380 / Fone: 3082.1871