

Cómo determinar las zonas a base de síntomas



Síntomas de la Zona Verde:



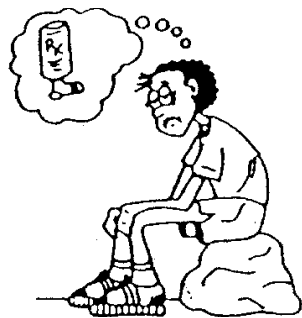
- ✓ No hay tos
- ✓ No hay jadeo (silbido al respirar)
- ✓ No hay sensación de presión en el pecho
- ✓ El ritmo respiratorio en reposo es normal:
 - 20-40 respiraciones por minuto en un bebé menor de un año
 - 18-30 respiraciones por minuto en un niño de uno a cuatro años de edad
 - 16-25 respiraciones por minuto en un niño de edad escolar



Síntomas de la Zona Amarilla:



- ✓ Hay un poco de tos
- ✓ Hay un poco de jadeo (silbido al respirar)
- ✓ Hay un poco de congestión en el pecho
- ✓ Siente un poco de presión en el pecho
- ✓ El ritmo respiratorio en reposo podría ser un poco más rápido de lo normal



Síntomas de la Zona Roja:



- ✓ Tos persistente
- ✓ Jadeo (silbido al respirar) persistente
- ✓ Se despierta por la noche debido a la tos o al jadeo
- ✓ Se hunde la piel entre las costillas o bajo el pecho
- ✓ Respiración rápida:
 - Más de 50 respiraciones por minuto en un bebé menor de un año
 - Más de 40 respiraciones por minuto en un niño de uno a cuatro años de edad
 - Más de 30 respiraciones por minuto en un niño de edad escolar

OBTENGA ATENCIÓN MÉDICA DE INMEDIATO SI...

- ✓ está respirando muy rápido o muy fuerte
- ✓ la barriga o la piel entre las costillas se le hunde al respirar
- ✓ tiene tantas dificultades para respirar que no puede caminar o hablar
- ✓ los labios o los dedos se ponen azules
- ✓ el mejor nivel de capacidad pulmonar máxima que alcanza es de menos de _____



Las gráficas del niño con asma fueron tomadas del *Journal of Asthma* 1994; 31: 473-8, por cortesía de Marcel Decker, Inc.