




Plan de acción para la EPOC

Aunque su EPOC (enfermedad pulmonar obstructiva crónica) no desaparecerá, es posible que no tenga los mismos síntomas todos los días. Comprender su día típico con EPOC y llevar cuenta de sus síntomas puede ayudarle a saber cuándo está teniendo un ataque y necesita tomar medidas. Cuando sepa lo que debe hacer y con quién debe comunicarse, es posible que se sienta más preparado para enfrentar los ataques.

Llene este plan de acción con su proveedor de atención médica para que sepa lo que debe hacer si sus síntomas cambian.

 Mi día típico	 Mi ataque/exacerbación	 Mi emergencia
<p>Cómo se siente normalmente mi EPOC:</p> <ul style="list-style-type: none"> Me falta el aliento cuando: <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> hago ejercicio <input type="radio"/> camino a mi propio paso <input type="radio"/> me visto <input type="radio"/> otro: _____ Tengo tos: <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> rara vez <input type="radio"/> a veces <input type="radio"/> todos los días <input type="radio"/> todo el día, todos los días Al toser, produzco mucosidad: <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> clara <input type="radio"/> blanca <input type="radio"/> amarillenta <input type="radio"/> verde <input type="radio"/> otro: _____ Al toser, produzco _____ (cantidad de mucosidad) <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> cucharadita <input type="radio"/> cucharada <input type="radio"/> otra Tengo otros síntomas <ul style="list-style-type: none"> - _____ - _____ - _____ 	<p>Lo que recomienda mi proveedor cuando los síntomas de la EPOC son peores que mi día típico:</p> <ul style="list-style-type: none"> Me falta más el aliento o mi respiración es sibilante <i>Recomendación</i> _____ _____ Tengo más tos <i>Recomendación</i> _____ _____ Mi mucosidad es más oscura o de diferente color <i>Recomendación</i> _____ _____ Produzco más mucosidad al toser <i>Recomendación</i> _____ _____ Mis otros síntomas son peores _____ <i>Recomendación</i> _____ _____ 	<p>Peligro. Buscaré atención de emergencia si:</p> <ul style="list-style-type: none"> Me duele el pecho Tengo dificultad para respirar o hablar Mis síntomas están empeorando aunque estoy haciendo lo que me recomendó mi proveedor Otros síntomas <ul style="list-style-type: none"> - _____ - _____ - _____ - _____ - _____ - _____ <p>Trabajaré con mi proveedor para decidir cuándo debo llamar al 911, ir al hospital o llamar a mi proveedor.</p>

Tomaré los medicamentos de mantenimiento para la EPOC todos los días según las indicaciones para ayudar a controlar mis síntomas. Si estoy usando mi inhalador de rescate con mayor frecuencia de lo normal, llamaré a mi proveedor. Colabore con su proveedor para anotar todos los medicamentos en la tabla de la página siguiente.

Colabore con su proveedor para anotar todos los medicamentos a continuación. Incluya los medicamentos que toma por cualquier motivo.

Para sus medicamentos para la EPOC:

- Asegúrese de tomar su medicamento de mantenimiento todos los días según las indicaciones, aunque se sienta mejor. Tomar sus medicamentos de mantenimiento todos los días puede ayudar a prevenir ataques
- Siempre lleve consigo el medicamento de rescate de acción rápida. Este puede ofrecerle un alivio rápido si los síntomas empeoran
- Comuníquese con su proveedor cuando esté utilizando el medicamento de rescate de acción rápida con mayor frecuencia de lo usual

Mis medicamentos			
Nombre y concentración del medicamento	Cantidad que tomo y cuándo lo tomo	Para qué lo tomo	Instrucciones especiales
Mis medicamentos para la EPOC			
Mis otros medicamentos			

 TELÉFONO DE EMERGENCIA _____	 Teléfono del proveedor _____	 Teléfono de la farmacia _____	 Otro teléfono importante _____
--	--	---	--

Colabore con su proveedor de atención médica para llenar este plan de acción. Lleve cuenta de sus síntomas y sepa qué hacer cuando cambien. Comparta el plan con su familia y amigos.



Este material fue elaborado por GlaxoSmithKline. COPD Action Plan – Spanish.