

¡ \_\_\_\_\_ (name of school)  
**le(s) pueden ayudar si su hijo/a tiene  
asma o problemas respiratorios!**

**¿Tiene su hijo/a:**

- tos durante el día o la noche?
- dificultad para respirar o se queda sin respiración?
- respiración jadeante (un ligero silbido al respirar)?
- sensación de rigidez en el pecho o de una fuerte presión contra el pecho?
- sensación de quedarse sin respiración o toser o experimentar respiración jadeante después de correr, jugar o hacer ejercicio?
- problemas de tos o respiración que algunas veces son peores por la noche?

**Si usted respondió afirmativamente a alguna de estas preguntas, es posible que tenga asma. Haga una cita con el médico o el/la enfermero/a de su hijo/a. Si necesita ayuda para encontrar una clínica, llame a la escuela de su hijo/a y pregunte por el/la enfermero/a de la escuela.**

**¡El asma se puede controlar bien! Su hijo/a puede vivir una vida activa y sana con asma.**

- Prevenga los problemas de asma antes de que comiencen haciendo lo siguiente:
  - Consiga un médico de cabecera o un/a enfermero/a y tenga revisiones para controlar el asma al menos cada seis meses.
  - Solicite un **Plan de acción contra el asma** y utilícelo para mantener el asma bajo control.
  - Hable con el personal del consultorio de salud de la escuela acerca del problema de asma de su hijo/a y sobre los medicamentos para controlar esta condición.
  - Evite todo aquello que empeore el problema de asma (fumar, los animales con pelo, el polvo, el moho, los productos químicos, etc.).

\_\_\_\_\_ (name of school) **puede ayudar a su hijo/a, llame a la escuela de su hijo/a y pregunte por el/la enfermero/a de la escuela !**