

¿Cuáles son sus Objetivos con el Asma?

Aun con asma una persona puede vivir una vida activa.

Debe ser capaz de:

- **Correr, jugar y practicar deportes sin síntomas de asma.**
- **Dormir toda la noche sin síntomas de asma.**
- **Tener los pulmones fuertes.**
- **No perder días de trabajo o escuela a causa del asma.**
- **No tener que ir a la sala de emergencia, (o ir menos) a causa del asma.**
- **Controlar el asma usando medicamentos con menos efectos adversos.**
- **Sentirse bien acerca del cuidado que recibe para el asma.**

Aun con asma

una persona

puede vivir

una vida activa.

Estos son objetivos comunes que algunas personas tienen para controlar el asma.

Anote aquí los suyos.

El resto de este libro explica como alcanzar estos objetivos.

Aprenderá más acerca de:

- Como evitar lo que empeora el asma.
- Los medicamentos para el asma.
- Como mantener el asma bajo control.
- Como usar el Plan de Acción para el asma.