

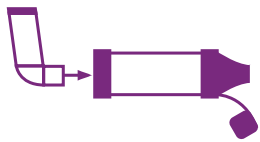


# ATENCIÓN DEL ASMA

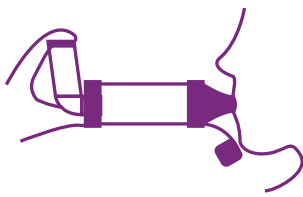
## Espaciadores e inhaladores de dosis medida

**Un inhalador de dosis medida (metered dose inhaler, MDI) contiene medicamento para el asma.**

**Un espaciador** ayuda a que el medicamento llegue del inhalador de dosis medida (MDI) a sus pulmones.



- El medicamento de un MDI llega rápido. Sin un espaciador, la mayor parte del medicamento cae en la lengua, en la parte posterior de la garganta e incluso en la cara. La medicina tiene que llegar a las vías respiratorias.



- El rocío de un MDI contiene trozos grandes y pequeños del medicamento. Sin un espaciador, los trozos grandes son demasiado pesados para llegar hasta las vías respiratorias. Éstos se quedan en la boca y terminan en el estómago, en lugar de en las vías respiratorias.
- Las investigaciones han demostrado que los medicamentos inhalados tienen 14 veces más probabilidades de llegar a las vías respiratorias pequeñas cuando se utiliza un espaciador.

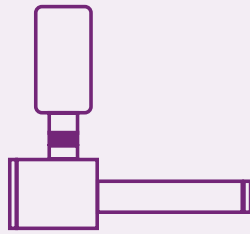
ALAMEDA  
**Alliance**  
FOR HEALTH

Health care you can count on.  
Service you can trust.

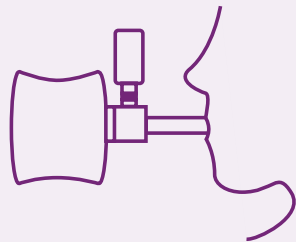
## Utilice el espaciador correctamente.

### Los niños mayores y los adolescentes deben:

1. Introducir el inhalador en el espaciador.
2. Agitar el inhalador de 8 a 10 veces.
3. Exhalar.
4. Colocar la boquilla de la cámara de retención entre los dientes y por encima de la lengua y cerrar los labios alrededor de ella.



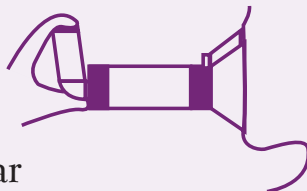
5. Oprimir el inhalador (MDI) una vez.
6. Inhalar lenta y profundamente.
7. Contener la respiración durante 10 segundos después de la inhalación.



- Para InspirEase, contener la respiración mientras cuenta 1-2-3. Después, exhalar.
8. En caso de que requiera una segunda bocanada, esperar al menos 1 minuto para aplicarla

### Los niños pequeños y los bebés deben usar un espaciador. Siga estos pasos:

1. Siga los pasos 1 y 2 incluidos arriba.
2. Oprima el MDI una vez.
3. Coloque la máscara sobre la nariz y la boca del niño.
4. Los padres deben contar lentamente hasta 5 y quitar la máscara.
5. En caso de que requiera una segunda bocanada, espere al menos 1 minuto para aplicarla

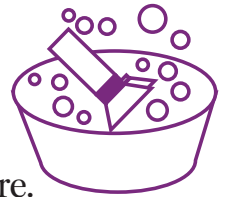


### Los espaciadores NUNCA deben ser compartidos y se deben limpiar con frecuencia. Para limpiar un espaciador:

1. Retire el MDI del espaciador.

No lave el MDI.

2. Lave el espaciador con agua tibia y jabón, y enjuague.



3. Seque el espaciador al aire.

### ¡No tiene que hacer esto solo!

Para saber más sobre la atención del asma, llame a los Programas de Salud de Alliance al **510-747-4577**.

Línea gratuita: 1-877-371-2222;  
CRS/TTY: 711 o 1-800-735-2929,  
de lunes a viernes, de 8:00 a.m. a 5:00 p.m.  
Los miembros de Alliance CompleteCare (Plan de Necesidades Especiales de una Organización para el Mantenimiento de la Salud [HMO SNP]) deben comunicarse a la línea gratuita: 1-877-585-7526;  
CRS/TTY: 711 o 1-800-735-2929,  
todos los días de la semana, de 8 a.m. a 8 p.m.

[www.alamedaalliance.org](http://www.alamedaalliance.org)

[www.alliancecompletecare.org](http://www.alliancecompletecare.org)

Se otorga el permiso para utilizar y duplicar estos materiales con propósitos educativos sin fines de lucro en tanto no se realicen cambios sin la autorización de Alameda Alliance for Health.

ALAMEDA  
**Alliance**  
FOR HEALTH

Health care you can count on.  
Service you can trust.