

# Herramienta de aprendizaje acerca del asma

## Cuestionario

Este cuestionario le dirá todo lo que usted tiene que saber acerca del asma y lo que usted todavía necesita aprender.

### Instrucciones:

- La mayoría de las preguntas están basadas en páginas halladas en “El asma en un minuto: Lo que usted necesita saber”.
- Complete el cuestionario antes de leer “El asma en un minuto”. Coloque una marca en la columna a la derecha por cada respuesta que haya contestado correctamente.
- Lea “El asma en un minuto” y conteste las preguntas en las que se equivocó. El número de la página para cada respuesta (7a edición) se halla al lado de la pregunta.
- Si usted lo desea, vuelva a contestar el cuestionario dentro de una semana para ver si puede mejorar su puntaje.
- Existen otras respuestas correctas para las preguntas que se formulan a continuación, pero creo que las respuestas que se hallan en este cuestionario son las más importantes. Usted sea el juez.

### Resultados:

- Algunas personas podrán contestar solamente un 10% de estas preguntas. Otras personas sabrán mucho más.
- Después de completar la herramienta de aprendizaje acerca del asma, continúe estudiando hasta que se sepa todas las respuestas.

Cuestionario		Puntaje
<b>Usted puede controlar su asma</b>		
<b>1: Nombre cuatro criterios primordiales para lograr un excelente control de su asma</b>	<b>Página 5</b>	<b>(4)</b>
1.		
2.		
3.		
4.		
<b>Signos de un episodio de asma</b>		
<b>2: Nombre las cuatro signos del asma que usted puede observar o escuchar:</b>	<b>Página 7</b>	<b>(4)</b>
1.		
2.		
3.		
4.		
<b>¿Qué es el asma?</b>		
<b>3: El asma a menudo es diagnosticada erróneamente como...</b>	<b>Página 8</b>	<b>(2)</b>
1.		
2.		

Cuestionario		Puntaje
<b>¿Qué ocurre en las vías respiratorias?</b>		
<b>4: Los pacientes con asma tienen vías respiratorias que son más sensibles o “super-sensibles”.</b>	<b>Página 9</b>	<b>(1)</b>
<input type="checkbox"/> Sí		
<input type="checkbox"/> No		
<b>5: Nombre las dos cosas principales que le ocurren a las vías respiratorias durante un episodio de asma:</b>	<b>Página 9</b>	<b>(2)</b>
1.		
2.		
<b>Desencadenantes de un ataque de asma</b>		
<b>6: Nombre por lo menos dos de los principales desencadenantes del asma:</b>	<b>Página 10</b>	<b>(5)</b>
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
<b>7: ¿ Pueden los efectos de estos desencadenantes durar más de una semana?</b>	<b>Página 10</b>	<b>(1)</b>
<input type="checkbox"/> Sí		
<input type="checkbox"/> No		
<b>Control de los desencadenantes</b>		
<b>8: Nombre por lo menos dos maneras de reducir estos desencadenantes:</b>	<b>Página 12</b>	<b>(5)</b>
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
<b>La tos y el asma</b>		
<b>9: Nombre por lo menos dos situaciones en las cuales una persona con el asma mal controlada puede toser:</b>	<b>Página 16</b>	<b>(5)</b>
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
<b>Problemas con los senos nasales</b>		
<b>10: ¿Pueden los problemas con los senos nasales desencadenar un episodio de asma e interferir con el tratamiento para el asma?</b>	<b>Página 15</b>	<b>(1)</b>
<input type="checkbox"/> Sí		
<input type="checkbox"/> No		
<b>Medicamentos para el asma</b>		
<b>11: ¿Que hacen los medicamentos de control?</b>	<b>Página 34</b>	<b>(1)</b>
1.		
<b>12: ¿Cual es el medicamento de control más eficaz?:</b>	<b>Página 36</b>	<b>(1)</b>
1.		

Cuestionario		Puntaje
<b>Esteroides inhalados</b>		
13: ¿De qué manera trabajan los esteroides inhalados (tales como QVAR, Pulmicort, Aerobid, Flovent HFA y Azmacort)?	Página 36	(1)
1.		
<b>Medicamentos modificadores de leucotrienos</b>		
14: ¿De qué manera trabajan los medicamentos modificadores de leucotrienos (tales como Singulair, Zflo y Accolate)?	Página 38	(1)
1.		
<b>Cromolin</b>		
15: ¿De qué manera funciona el cromolin?	Página 39	(1)
1.		
<b>Albuterol</b>		
16: Nombre un efecto positivo:	Página 40	(1)
1.		
17: Nombre dos efectos negativos del albuterol:	Página 40	(2)
1.		
2.		
18: El albuterol purificado (Xopenex) es un tipo de albuterol que causa menos efectos negativos que otros tipos de albuterol.	Página 40	(1)
	<input type="checkbox"/> Sí	
	<input type="checkbox"/> No	
<b>Medidor de flujo máximo personal</b>		
19: El medidor de flujo máximo mide la mayor rapidez con que puede exhalar aire de sus pulmones.	Página 19	(1)
	<input type="checkbox"/> Sí	
	<input type="checkbox"/> No	
<b>Utilización del diario del asma</b>		
20: Defina el término “síntoma”.	*Ver el final	(1)
1.		
21: Defina el término “seña”	*Ver el final	(1)
1.		
<b>Utilización del plan de acción</b>		
<b>Zona verde</b>		
22: Usted deberá tomar dosis de medicamento diariamente.	Página 28	(1)
	<input type="checkbox"/> Sí	
	<input type="checkbox"/> No	
<b>Zona amarilla alta</b>		
23: ¿Cuáles son las tres cosas que debe hacer?	Página 29	(3)
1.		
2.		
3.		
<b>Medicamentos inhalados</b>		
24: ¿ Deberá usted exprimir el inhalador una o dos veces al aire antes de usarlo si no lo ha usado por una semana?	Página 44	(1)
	<input type="checkbox"/> Sí	
	<input type="checkbox"/> No	

Cuestionario		Puntaje
<b>Continuación.... inhalador</b>		
<b>25: ¿Por qué tiene usted que esperarse de 1 a 3 minutos entre bocanadas de medicamento de alivio rápido?</b>	<b>*Ver el final</b>	<b>(1)</b>
1.		
<b>26: Nombre dos maneras de informarse si aun hay medicamento en el inhalador.</b>	<b>Página 51</b>	<b>(2)</b>
1.		
2.		
<b>27: Si usted está usando dos inhaladores (de alivio rápido y esteroide inhalado) por qué tiene que tomarse el medicamento de alivio rápido primero?</b>	<b>Página 44</b>	<b>(1)</b>
1.		
<b>Cámara de retención</b>		
<b>28: Nombre por lo menos dos ventajas de tomar un medicamento usando la cámara de retención:</b>	<b>Página 46</b>	<b>(5)</b>
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
<b>29: ¿Quién puede beneficiarse al utilizar una cámara de retención con mascarilla?</b>	<b>Página 48</b>	<b>(1)</b>
1.		
<b>Nebulizador a compresión (aparato de vapor)</b>		
<b>30. Cuando usted utiliza un nebulizador a compresión por qué debe demorarse más tiempo al inhalar que al exhalar?</b>	<b>*Ver el final</b>	<b>(1)</b>
<b>Severidad del asma</b>		
<b>31: Un paciente con señas o síntomas que duren más de dos días a una semana tiene asma persistente y deberá tomar un medicamento de control todos los días.</b>	<b>*Ver el final</b>	<b>(1)</b>
	<input type="checkbox"/> Sí	
	<input type="checkbox"/> No	

\*Notas:

- Pregunta 20: Un síntoma es una sensación tal como el sentir el pecho apretado.
- Pregunta 21: Una seña es algo que puede observarse por otra persona tal como la tos, la sibilancia o la piel retraída entre las costillas.
- Pregunta 25: la primera bocanada tiene como fin dilatar las vías respiratorias para que la segunda bocanada pueda ingresar más profundamente.
- Pregunta 30: La medicina solo entra a los pulmones cuando usted está inhalando.
- Pregunta 31: sí

Después de leer “El asma en un minuto” usted sabrá todas las respuestas a estas preguntas y tendrá un conocimiento básico del asma. Usted puede aprender mucho más al leer secciones adicionales de “El asma

en un minuto” y de “*Asthma Guide for People of All Ages*” escrito por Dr. Plaut. Puede obtener más información en [www.pedipress.com](http://www.pedipress.com), y [medlineplus.gov](http://medlineplus.gov), la red de información de el Instituto Nacional de la Salud.