



Dusty

LA CARPA DORADA DEL ASMA

Y SUS

PROVOCADORES DEL ASMA

REVISTA DE MUÑEQUITOS

Herramienta educativa para ayudar a padres e hijos a conocer más sobre las cosas que provocan los ataques de asma.

Las cosas que agravan
el asma se llaman
provocadores.

Los provocadores pueden
encontrarse en la casa y en
la escuela.



¿CONOCES TUS PROVOCADORES DEL ASMA?

- | | |
|--|--|
| ☐ Ácaros del polvo | ☐ Cucarachas |
| ☐ Moho | ☐ Polen |
| ☐ Humo de tabaco en el medio ambiente | ☐ Aire frío |
| ☐ Caspa de animales | ☐ Infecciones respiratorias |
| ☐ Otros _____ | ☐ Ejercicio |



El **moho** se desarrolla en áreas húmedas como sótanos, cocinas, y baños. Limpia el moho y arregla las fugas de agua.

B	T	A	G	U	A	Q	D
A	L	E	R	G	I	A	M
M	B	Á	C	O	D	V	I
Í	O	J	R	E	N	P	L
Á	D	H	M	O	F	É	D
R	Y	U	O	T	U	G	I
Ó	H	Q	Y	Ú	G	B	Ú
E	S	P	O	R	A	S	N

Busca las palabras: **moho**, **agua**, **fuga**, **esporas**, **humedad**, **alergia**, y **mildiú** que se relacionan con el **moho**.





El excremento y partes del cuerpo de las **cucarachas** pueden provocar **ataques de asma**. Limpia el área para eliminar residuos de comida y agua para que las **cucarachas** no tengan nada que comer o beber.

SALIDA



¡SALIDA!

¡Saca a esta **cucaracha** de la cocina!





El humo de tabaco en el medio ambiente proviene de los cigarrillos, puros, o pipas que fuman otras personas. No permitas fumar en tu casa o auto.

27.

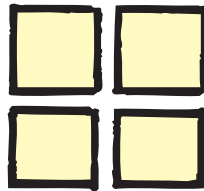
28.

26.

24.

23.

29.



25.

30.

22.

31.

1. 2.

3.

4.

5.

6.

7.

10.

11.

12.

9.

8. ○

13.

14.

15.

16.

20. 21.

19.

18.

17.

¡Conecta los puntos para hacer una casa sin humo de cigarrillos!

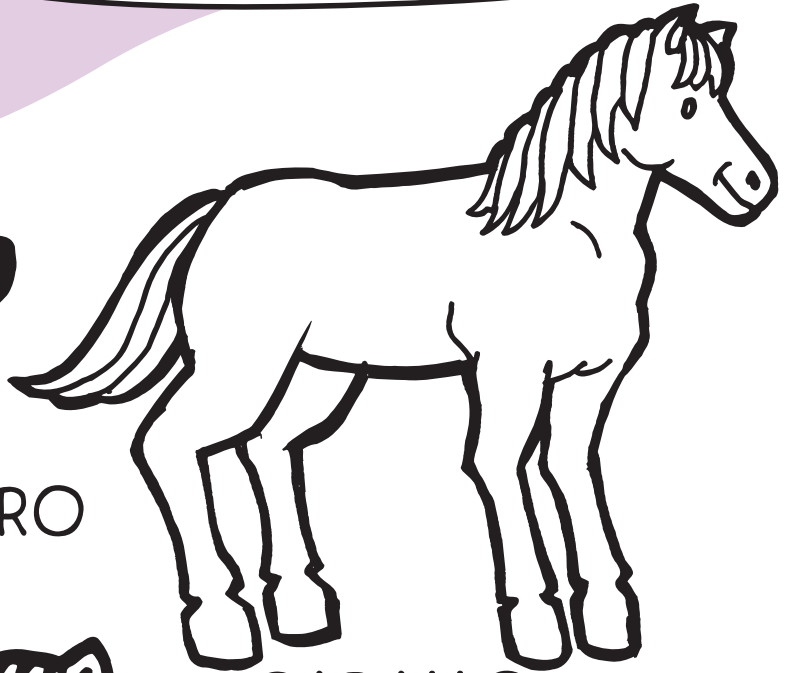




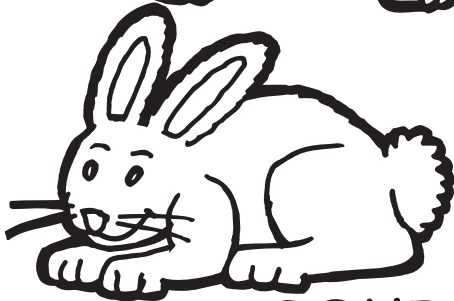
Las escamas de la piel que se desprende de tus animales domésticos (**caspa**) pueden provocar ataques de asma. Busca una nueva casa para tus animales o déjalos afuera.



PERRO



CABALLO



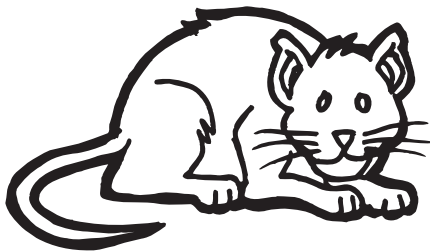
CONEJO



GATO



AVE



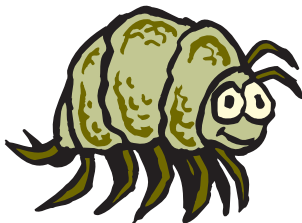
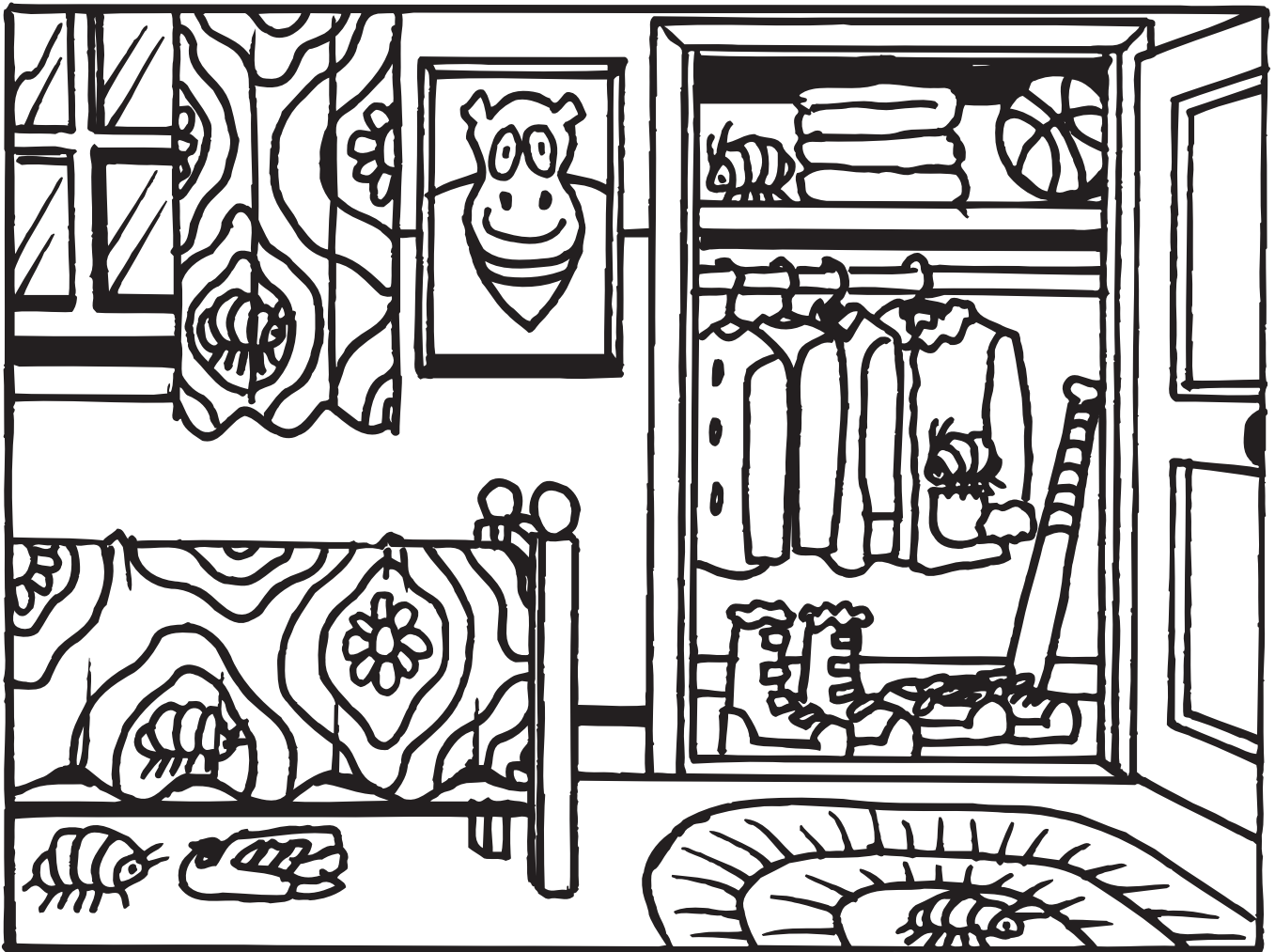
JERBO



Colorea los animales que tienen **caspa**, la cual provoca ataques de asma.



Los ácaros del polvo son insectos diminutos que no se ven a simple vista. Los ácaros viven en los colchones, almohadas, alfombras, cubre-camas, ropa, y animales de peluche. Cubre tu colchón y almohadas con **cubiertas a prueba de polvo**.



Yo soy un **ácaro del polvo**. Busca y encierra en un círculo los lugares donde **vivo**.

¡Trabaja con tu doctor
para diseñar un
**PLAN PARA
EL ASMA**
eficaz para ti!

- ☐ Conoce y evita los provocadores.
- ☐ Toma los medicamentos tal como te los indiquen.
- ☐ Aprende lo que tienes que hacer durante un ataque de asma.
- ☐ Ten a mano los números de teléfonos de emergencia.

