

## ¿Qué inhalador usas?

### **Inhalador de dosis medida**

1. Párate derecho/a.
2. Agita el inhalador.
3. Saca todo el aire de tus pulmones.
4. Mete el inhalador a tu boca más allá de tus dientes, y pon la lengua abajo.
5. Cierra la boca y rodea con tus labios el inhalador.
6. Empieza a jalar aire lenta y profundamente y al mismo tiempo presiona el inhalador hacia abajo.
7. Aguanta la respiración durante 10 segundos.



### **Inhalador de dosis medida con espaciador**

1. Párate derecho/a.
2. Agita el inhalador.
3. Pon la boquilla del inhalador en la parte final del espaciador.
4. Saca todo el aire de tus pulmones.
5. Mete la boquilla del espaciador a tu boca más allá de tus dientes, y pon la lengua abajo.
6. Cierra la boca.
7. Empieza a jalar aire lenta y profundamente y al mismo tiempo presiona el inhalador hacia abajo.
8. Aguanta la respiración durante 10 segundos.



### **Inhalador de dosis medida con espaciador y máscara**

1. Agite el inhalador.
2. Ponga la boquilla del inhalador en la parte final del espaciador.
3. Ponga la máscara firmemente sobre la nariz y la boca del niño/a. Asegúrese que la máscara ha formado un sello hermético entre la máscara y la cara del niño/a.
4. Presione el inhalador hacia abajo una sola vez.
5. Pídale al niño/a que respire normalmente por lo menos 6 veces.
6. No le quite la máscara de la cara al niño/a hasta que haya inhalado todo el medicamento.
7. Quítele la máscara.
8. Espere por lo menos un minuto antes de darle una segunda dosis, si fuera necesaria.



### **Pulmicort™ Turbuhaler**

1. Párate derecho/a.
2. Sostén el inhalador con la boquilla hacia arriba y el disco selector color café hacia abajo. Nunca pongas el inhalador con la boquilla hacia abajo porque puede salirse el medicamento.
3. Quita la tapa.
4. Dale vuelta al disco selector café hacia la derecha lo más que se pueda, y después hacia la izquierda hasta que haga 'clik'.
5. Saca todo el aire de tus pulmones.
6. Voltea la boquilla hacia ti y rodea completamente la boquilla con tus labios.
7. Jala aire rápida y profundamente por el inhalador.
8. Aguanta la respiración durante 10 segundos.
9. Vuélvele a poner la tapa al inhalador.



### **Discos Advair™ y Serevent™**

1. Párate derecho/a.
2. Sostén el inhalador con la etiqueta horizontal (plana) entre los dedos y el pulgar de una mano. Nunca pongas el inhalador con la boquilla hacia abajo porque puede salirse el medicamento.
3. Con tu otra mano, abre el inhalador deslizando hasta que aparezca la boquilla. Asegúrate que la boquilla esté frente a ti. Fíjate en la pequeña palanca que está al lado.
4. Desliza la palanca alejándola de ti hasta que haga 'clik'.
5. Saca todo el aire de tus pulmones.
6. Rodea completamente la boquilla con tus labios.
7. Jala aire rápida y profundamente por el inhalador.
8. Aguanta la respiración durante 10 segundos.
9. Cierra el inhalador deslizando la cubierta sobre la boquilla.



**SÍ DEBES:** ► Llevar la cuenta de cuántas bocanadas has usado. Es difícil saber cuándo está vacío el inhalador a menos que lleves la cuenta de cuántas bocanadas has usado. El Diskus y el Turbuhaler llevan la cuenta por ti en una pequeña ventanilla en el inhalador.

**NO DEBES:** ► Permitir que se moje tu inhalador. Si alguna vez se moja, consigue uno nuevo.  
► Exhalar (sacar aire) y permitir que se meta al inhalador o inhalar (jalar aire) por la nariz.  
► Sostener el inhalador con la boquilla hacia abajo.