

# CÓMO USAR EL INHALADOR DE DOSIS MEDIDA

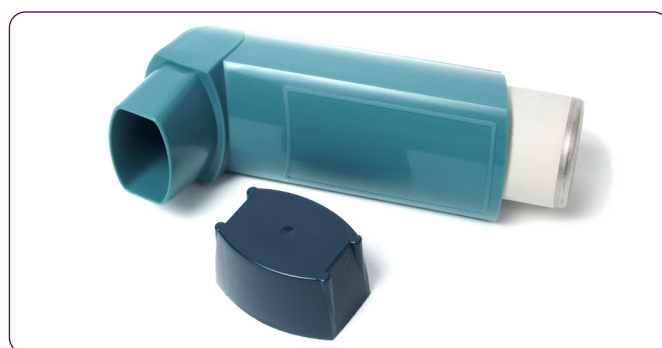


El inhalador de dosis medida contiene un bote de medicina. Cada vez que oprime el inhalador, se administra una cantidad fija de medicina en aerosol a las vías respiratorias por medio de la boca.

## CÓMO USARLO

Estos son los pasos generales sobre cómo usar un inhalador de dosis medida. **Pero siempre lea y siga las instrucciones que vienen con su propio inhalador. Si no usa su inhalador correctamente, no recibirá la cantidad de medicina que necesita.**

1. Quite la tapa del inhalador. Agítelo bien. Prepárelo, si es necesario, según las instrucciones que tiene.
2. Si usa un espaciador, coloque el inhalador en el anillo de goma que se encuentra en el extremo del espaciador.
3. Párese o siéntese derecho.
4. Espire completamente para vaciar sus pulmones.
5. Ponga la boquilla en su boca y cierre sus labios firmemente alrededor de ella para que no se escape la medicina del inhalador.
6. Mientras comience a inhalar, oprima la parte superior del bote de la medicina para que salga un “soplo” de medicina. Inhale despacio y lo más profundo que pueda de 3 a 5 segundos.
7. Aguante la respiración y cuente hasta 10.
8. Saque la boquilla del inhalador de su boca. Deje salir el aire.



Un ejemplo de un inhalador de dosis medida



Un ejemplo de un inhalador de dosis medida con un espaciador

9. Si su plan de acción para el asma dice que debe tomar más de 1 soplo de medicina, espere 1 minuto entre soplos. Repita los pasos 3 a 8 para cada soplo que necesite.
10. Tape el inhalador.
11. Si su medicina es un corticoesteroide, enjuáguese la boca con agua y escupa el agua. Así evitará una infección en la boca.



Publicación de los NIH núm. 21-HL-81655  
Diciembre 2021

**LEARN MORE  
BREATHE BETTER**

Learn More Breathe Better® es una marca registrada del HHS.

## CÓMO LIMPIARLO

**Mantenga su inhalador y espaciador limpios** para que funcionen bien. Siempre lea y siga las instrucciones que vienen con sus aparatos. Cuando limpie su inhalador y el espaciador, acuérdesese:

- Nunca sumerja en agua el bote de medicina.
- Nunca cepille ni limpie el interior del espaciador.

## RECUERDE...

Si tiene asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), u otra enfermedad pulmonar crónica, es importante:

- tomar sus medicinas tal como el doctor recete, y
- usar la técnica correcta para que la medicina llegue a sus pulmones.

Pídale a su doctor, farmacéuta u otro profesional de salud (por ejemplo, enfermera calificada, asistente médico, terapeuta respiratorio o educador en asma) que le muestre cómo usar y limpiar su inhalador de dosis medida (y espaciador, si lo usa). Repase la técnica en cada consulta de seguimiento.



**CÓMO USAR EL  
INHALADOR DE  
DOSIS MEDIDA**

[nhlbi.nih.gov/BreatheBetter](https://nhlbi.nih.gov/BreatheBetter)

**LEARN MORE**  
BREATHE BETTER®