



Things that make asthma worse are called triggers. Triggers can be inside your home and school.



DO YOU KNOW YOUR ASTHMA TRIGGERS?

- ☐ Secondhand Smoke
- ☐ Cockroaches
- ☐ Dust Mites
- ☐ Mold
- ☐ Pets
- ☐ Outdoor Pollution



Work with your doctor to create an **ASTHMA PLAN** that works for you!



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?

- ☐ Humo de tabaco en el medio ambiente
- ☐ Cucarachas
- ☐ Ácaros del polvo
- ☐ Moho
- ☐ Animales domésticos
- ☐ Polución del aire

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

