

Cómo Ayudar a tu Hijo a Usar un Espírometro de Incentivo

Cómo Ayudar a tu Hijo a Usar un Espirometro de Incentivo.

Tu hijo debe sentarse derecho. Debe respirar normalmente 1 vez, hacia adentro y hacia afuera.

Con el espirómetro en sus manos, pide a tu hijo que coloque los labios firmemente alrededor de la boquilla.

Ahora, pídele a tu hijo que inhale lenta y profundamente por la boquilla. Que no respire por la nariz.

A medida que tu hijo inhala, una pelota o un disco mostrará qué tan lentamente está inhalando. Asegúrate que tu hijo conserve el disco en el rango objetivo.

Tu hijo debe respirar profundamente hasta que el espirómetro llegue a la marca indicada. El equipo médico te dirá cuál es la marca.

Una vez que tu hijo logre llegar a la marca, pide que detenga la respiración al menos por 3 segundos, o por el tiempo indicado por el equipo médico. Luego, debe exhalar lentamente.

Cuando esté despierto, tu hijo debe repetir este ejercicio las más veces posibles cada hora, como lo indique el equipo médico.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.

