

RESPETADO USUARIO:

Dada la complejidad del examen de espirometría, hay algunos pacientes que por su condición o limitación respiratoria, se les dificulta realizar adecuadamente el procedimiento, por lo cual se les recomienda realizar los siguientes ejercicios respiratorios:

1

Sentado en frente a una mesa, colocar un recipiente con agua y un pitillo tomar aire por la nariz y botarlo por la boca en forma fuerte y seguida a través del pitillo, haciendo burbujas en el agua, seguido y prolongado, el máximo tiempo posible.



2

Sentado, sosteniendo un globo, recoger el aire por la nariz y expulsarlo por la boca inflando el globo de forma fuerte, seguido y prolongado, el máximo tiempo posible, hasta agotar la respiración.



3

Con la boquilla desechable, sujetarla entre los labios, tomar el aire profundo por la boca y expulsar el aire fuerte y prolongado durante 8 segundos, luego tomar el aire nuevamente por la boca con fuerza y rapidez.



PEDIR CITA NUEVAMENTE PARA REALIZAR ESPIROMETRÍA