

MSPAS

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social

Trabajando por la salud de Guatemala



**GOBIERNO de
GUATEMALA**
DR. ALEJANDRO GIAMMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL

PREVENCIÓN DE LAS INFECCIONES RESPIRATORIAS AGUDAS

- Programa Infecciones Respiratorias Agudas -



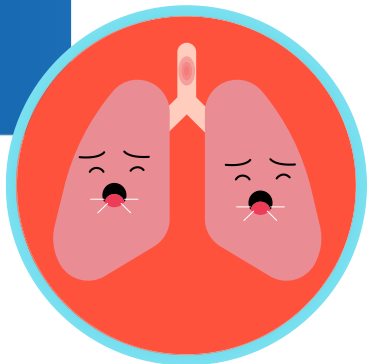
GOBIERNO *de*
GUATEMALA

DR. ALEJANDRO GIAMMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL

LAS INFECCIONES RESPIRATORIAS AGUDAS

En cualquier época del año estamos propensos de enfermarnos de alguna infección respiratoria aguda, ante cambios de temperatura y exposición al frío, lluvia, lo que puede incrementar el riesgo de padecer de una infección respiratoria.



GOBIERNO *de*
GUATEMALA
DR. ALEJANDRO GIAMMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL



¿Qué son las infecciones respiratorias agudas?

- Son un conjunto de enfermedades del sistema respiratorio que pueden transmitirse de una persona a otra y afectan principalmente las vías respiratorias superiores e inferiores.
- Las cuales duran menos de 15 días, la mayoría de las infecciones son leves, pero dependiendo del estado general de las personas, pueden complicarse.



¿Quiénes son los más afectados?

Generalmente las personas más afectadas de padecer de estas enfermedades son:

- Mujeres embarazadas.
- Las niñas y niños menores de 5 años (Recién nacidos, lactantes).
- Personas mayores de 60 años.



GOBIERNO *de*
GUATEMALA
DR. ALEJANDRO GIAMMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL



Infecciones vías respiratorias superiores

- Resfrío común (Rinofaringitis aguda)
- Otitis Media aguda
- Faringitis Aguda
- Amigdalitis aguda

Infecciones vías respiratorias inferiores

- Laringitis y traqueítis
- Bronquitis
- bronquiolitis
- Neumonía.

¿Cómo se transmiten las enfermedades respiratorias?

De una persona enferma a otra a través de pequeñas gotas de saliva o moco que son expulsadas:

- Al toser.
- Al estornudar.
- Al hablar a menos de un metro de la persona enferma.
- Al tocar una superficie o un objeto contaminado con secreciones y luego la persona se toca los ojos, boca o nariz con las manos.



GOBIERNO *de*
GUATEMALA
DR. ALEJANDRO GIAMMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL

¿Qué signos y síntomas provocan estas enfermedades?



Los signos y síntomas más frecuentes son los siguientes:

- Fiebre.
- Tos.
- Dolor de garganta
- Salida de fluidos por la nariz (secreción nasal).
- Sensación de nariz tapada (congestión nasal).
- Estornudos.
- Lagrimeo.
- Escalofríos. (sensación de frío y malestar).



Signos de alarma

Niñas y niños menores de 5 años

- Si presenta respiración rápida
- Se le hunden las costillas al respirar
- Presenta ruidos extraños al respirar como sibilancias.
- No quiere comer o beber y vomita todo lo que se le da.
- Fiebre que no cede con la administración de medicamentos, ($>38^{\circ}\text{C}$)
- Irritabilidad, letargia
- Decaimiento y somnolencia



Signos de alarma



Niñas y niños, adolescentes , personas adultas y personas mayores

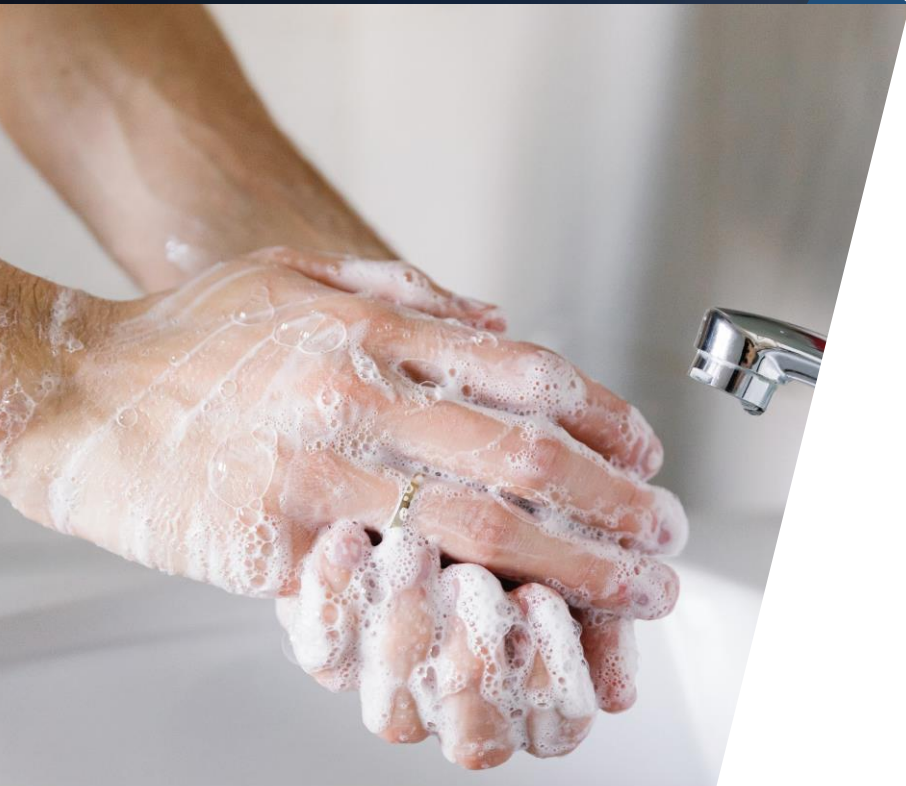
- **Dificultad para respirar**
- **Dolor en el pecho** al respirar o toser
- Presenta **ruidos extraños al respirar** como sibilancias.
- **No quiere comer o beber** y vomita todo lo que se le da.
- **Fiebre** que no cede con la administración de medicamentos, (**>38°C**)
- Decaimiento o **cansancio excesivo**



GOBIERNO *de*
GUATEMALA
DR. ALEJANDRO GIAMMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL

Recomendaciones para prevenir las infecciones respiratorias



- **Lávese las manos** con agua y jabón frecuentemente, después de toser, estornudar, sonarse la nariz o tocar objetos que puedan estar contaminados con secreciones respiratorias y antes de ingerir alimentos.
- Si no dispone de agua y jabón, **use un desinfectante de manos** que contenga al menos un **60 a 70% de alcohol**.
- **Use mascarilla** en casa.
- **Evite** acudir a **lugares muy concurridos**.
- **Mantenga el distanciamiento físico** entre usted y otras personas.



GOBIERNO *de*
GUATEMALA
DR. ALEJANDRO CIAMMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL

Recomendaciones para prevenir las infecciones respiratorias



- **Al toser o estornudar use papel higiénico o pañuelo desechable o cubrirse la nariz y boca,** con la parte interna del codo.
- **Tire el papel** desechable o papel higiénico usado, **en un recipiente** de basura **¡No en el suelo!**
- **No escupir** en el suelo u otras superficies expuestas al ambiente.
- Mantenga los **ambientes ventilados.**
- **Evite tocarse la nariz, la boca o frotarse los ojos** con las manos sucias.
- **No comparta alimentos y utensilios,** como cubiertos, vasos, platos que impliquen intercambio de saliva.



GOBIERNO *de*
GUATEMALA
DR. ALEJANDRO GIAMMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL

Recomendaciones para prevenir las infecciones respiratorias



- **Desinfecte con alcohol objetos** que hayan sido contaminados.
- **Separe a las personas sanas de las enfermas**, para evitar el contagio.
- **No se exponga al humo** de cigarro o leña ya que este hace que disminuyan aun más las defensas, puede provocar y agravar problemas respiratorios, **mantenga los ambientes libres de humo**.
- **Si hace frío extremo** se recomienda **permanecer en casa**, si es necesario salir acuérdesese de abrigarse bien, **evite exponer a los niños al frío**.



GOBIERNO *de*
GUATEMALA
DR. ALEJANDRO GIAMMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL

Infecciones Respiratorias Agudas

Transmisión:

A través de la tos



Estornudos



Al hablar a menos de un metro de la persona infectada



Si toca una superficie o un objeto contaminado por el enfermo y luego se toca los ojos, la boca o la nariz.



GOBIERNO *de*
GUATEMALA
DR. ALEJANDRO GIAMMATTEI

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL

Infecciones Respiratorias Agudas

Prevención:

Lave sus manos antes de comer y después de ir al baño



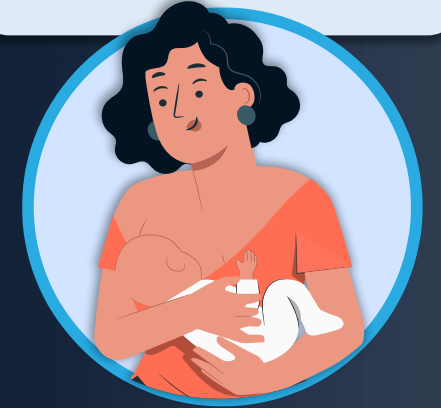
Proteja a los niños del frío y la lluvia



Mantenga el esquema de vacunación al día



De lactancia materna frecuente a los niños y niñas menores de meses de edad



Si la niña o niño se encuentra enfermo llévelo al servicio de salud para que reciba tratamiento



Al estornudar use la parte interna del codo





GOBIERNO *de*
GUATEMALA
DR. ALEJANDRO GIAMMATTEI

**MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA
Y ASISTENCIA
SOCIAL**

Trabajando por la salud de los guatemaltecos