

INFECCIONES RESPIRATORIAS AGUDAS

La infección Respiratoria Aguda (IRA) es la infección más frecuente en los niños, se presenta de forma repentina y dura menos de 2 semanas; la mayoría de estas enfermedades - como la gripa y el resfriado común - son leves, pero dependiendo del estado general de la persona pueden complicarse y llegar a amenazar la vida, como en el caso de la neumonía.

A continuación conocerá los mensajes claves para prevenir una infección respiratoria, cuidarla correctamente en casa e identificar los signos de alarma:

1 ¿CÓMO EVITAR QUE UN NIÑO O UN ADULTO MAYOR SE ENFERME?

1. Mantener el esquema de vacunación completo.
2. Intensificar el lavado de manos con agua y jabón.
3. Evitar el contacto con personas que tengan gripa o tos.
4. Estornudar o toser, sobre el ángulo interno del brazo y usar tapabocas o mascarilla (niños mayores de 3 años y adultos).
5. Evitar la presencia de humo al interior de los lugares donde permanezca el niño y facilitar la ventilación, iluminación y limpieza de los mismos.
6. Evitar los cambios bruscos de temperatura.
7. Fomentar la lactancia materna en los niños menores de 6 meses.



2 ¿CÓMO CUIDAR A UN NIÑO O A UN ADULTO MAYOR SI ESTÁ ENFERMO?

1. No enviar al jardín, escuela o colegio.
2. Lavar las manos frecuentemente con agua y jabón.
3. Realizar el manejo de la fiebre mayor de 38,5 °C según orientación médica; aplique paños de agua tibia en las zonas del cuerpo con mayor concentración de temperatura, como las axilas y pliegues de la ingle; nunca utilice alcohol para tal fin.
4. Aumentar la ingesta de líquidos y ofrecer alimentos en porciones pequeñas, con mayor frecuencia.
5. Brindar leche materna con mayor frecuencia si es un lactante.
6. Mantener al niño sentado por lo menos durante 30 minutos después de cada comida.
7. Suministrar únicamente los medicamentos que fueron formulados por el médico, en las dosis y horarios establecidos y por el tiempo indicado.
8. Limpiar con frecuencia la nariz, dejándola libre de secreciones o aplicar suero fisiológico por las fosas nasales.
9. Usar el tapabocas ante la presencia de síntomas (niños mayores de 3 años y adultos).
10. Tapar la boca y la nariz del niño cuando va a cambiar de temperatura, principalmente en las mañanas y en las noches.
11. Toser o estornudar sobre el ángulo interno del brazo.

3 ¿CUÁNDO CONSULTAR AL MÉDICO?

Generalmente las gripas se pueden atender en casa con los cuidados necesarios; sin embargo, **si presenta cualquiera de los siguientes síntomas debe dirigirse al médico de inmediato:**

MENORES DE DOS MESES:

- Respira más rápido de lo normal.
- Disminuye el apetito.
- Presenta fiebre así sea en una sola oportunidad.
- Le suena el pecho al respirar.
- Somnolencia o no despierta con facilidad.
- Ataques o convulsiones.

DE DOS MESES A 5 AÑOS:

- Fiebre de difícil control mayor de 38,5°C durante más de tres días.
- Permanece decaído cuando baja la fiebre.
- Respira más rápido de lo normal.
- Se le hunden las costillas al respirar.
- Le suena el pecho al respirar.
- No puede comer o beber nada o vomita todo.
- Somnolencia o no despierta con facilidad.
- Ataques o convulsiones.
- Supuración o mal olor de oído.

RECOMENDACIONES GENERALES:

Si usted o algún familiar presenta alguno de estos síntomas, debe acudir al médico:

- Asfixia o dificultad para respirar.
- Dolor de pecho al respirar o toser.
- Decaimiento o cansancio excesivo.
- Fiebre de difícil control mayor de 38,5°C durante más de tres días.
- Expectoración amarilla o con pintas de sangre.



Ministerio de Salud y Protección Social

Carrera 13 N° 32-76,
En Bogotá: +57(1) 589 3750
Resto del país: 018000960020
Bogotá - Colombia
www.minsalud.gov.co/ira

¿GRIPA? ¡A METROS!

La gripa es una Infección Respiratoria Aguda - IRA

Una Infección Respiratoria Aguda - IRA tratada a tiempo puede salvar una vida. Aprenda a reconocerlas y proteja a su familia.

