

HOJA INFORMATIVA SOBRE LA INFECCIÓN RESPIRATORIA

¿Qué es una infección respiratoria?

Existen muchos virus y bacterias diferentes que pueden causar infecciones respiratorias (como un resfrío) con fiebre.

¿Cuáles son los síntomas de una infección respiratoria?

Los síntomas pueden incluir congestión nasal, escalofríos, dolores musculares y dolor de garganta. La persona suele estornudar y toser y sentirse más cansada que de costumbre. Es importante controlar si hay fiebre. Los síntomas pueden durar alrededor de 7 días y la infección es contagiosa durante o poco antes de la manifestación de dichos síntomas. Una posible complicación grave es la neumonía.

¿Qué es la neumonía?

La neumonía es una infección de los pulmones que puede causar una enfermedad de leve a grave en personas de todas las edades. Es la principal causa de muerte en niños menores de 5 años de edad a nivel mundial. Sin embargo, estas infecciones suelen ser prevenibles con vacunas y en general pueden tratarse con antibióticos, medicamentos antivíricos (como Tamiflu), o terapias farmacológicas específicas. Entre los signos comunes de la neumonía se encuentran tos, fiebre y dificultad para respirar. Es posible prevenir la neumonía y otras infecciones respiratorias mediante la adopción de buenas prácticas de higiene, como lavarse las manos a menudo y desinfectar las superficies de contacto frecuente.

¿Cuál es el tratamiento para una infección respiratoria?

Llame al médico en caso de fiebre alta, dolor de garganta o tos persistente. Los antibióticos no son eficaces para tratar enfermedades causadas por virus, tales como un resfrío o una infección respiratoria. NO le dé medicamentos que contengan salicilato o aspirina a un menor de 18 años de edad.

¿Cómo se transmite una infección respiratoria?

- Al toser o estornudar.
- Al tocar manos, superficies u objetos contaminados.

Es muy importante que los niños permanezcan en su casa y no asistan a la escuela o la guardería hasta que haya desaparecido la fiebre durante 24 horas y estén lo suficientemente sanos para reanudar las actividades normales. Dé aviso a la escuela o la guardería del niños sobre la infección y los síntomas.

¿Cómo se previene una infección respiratoria?

- Cúbrase la nariz y la boca al toser o estornudar. Use un pañuelo de papel o la manga del saco o camisa. Deseche los pañuelos usados.
- Lávese las manos después de tocar cualquier objeto que podría estar contaminado con las secreciones de la boca o la nariz. Es posible que su hijo necesite ayuda para lavarse las manos.
- NO comparta envases de bebidas ni tazas, vasos o cubiertos. Lave los platos con agua caliente y jabón antes de volver a usarlos.
- Limpie y desinfecte cualquier objeto que entre en contacto con las secreciones de la nariz o la boca. Use algún producto que elimine los gérmenes.
- NO exponga a su hijo al humo de tabaco ajeno. El humo aumenta el riesgo de infecciones respiratorias graves e infecciones del oído medio.

¿Dónde puedo obtener más información acerca de las infecciones respiratorias?

Para obtener información adicional, comuníquese con Salud Pública de Contra Costa (Contra Costa Public Health) al (925) 313-6740 o visite el siguiente enlace de Internet:
<http://cchealth.org/cd/>