



¿Cómo cuidar a un niño o a un adulto mayor si padece una infección respiratoria aguda?

- No enviar al jardín, escuela o colegio y evitar lugares con muchas personas.
- Lávele las manos frecuentemente con agua y jabón.
- Realice el manejo de la **fiebre mayor de 38,5°C** según orientación médica; aplique pañitos 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.**
- Aumente la ingesta de líquidos y ofrézcale alimentos en porciones pequeñas, con mayor frecuencia.
- Brinde leche materna con mayor frecuencia, **si es un lactante.**
- Mantener al niño sentado por lo menos **durante 30 minutos** después de cada comida.
- Suministre únicamente los medicamentos que fueron formulados por el médico, en las dosis y horarios establecidos y por el tiempo indicado.
- Límpiela con frecuencia la nariz, dejándola libre de secreciones o aplique suero fisiológico por las fosas nasales.
- Use el tapabocas ante la presencia de síntomas (**niños mayores de 3 años y adultos**).
- Tape la boca y la nariz del niño cuando va a cambiar de temperatura, principalmente en las mañanas y en las noches.
- Recomiéndeles toser o estornudar sobre el ángulo interno del brazo.



Recomendaciones Generales

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

- 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.



FUENTE: Ministerio de Salud y Protección Social
Programa Nacional de Prevención,
Manejo y Control de la IRA y EDA
Programa Ampliado de Inmunizaciones.



¿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 reconocerla y proteja a su familia





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 salud 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 en casa y reconocer 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 presencia de humo al interior de los lugares donde permanezca el niño y facilitar la ventilación, iluminación y limpieza de los mismos.
6. Evitar exponerse a cambios bruscos de temperatura.
7. Fomentar la lactancia materna en los niños menores de 6 meses de edad.

1. La vacuna de influenza hace parte del esquema de vacunación para la siguiente población:

- Niños entre 6 y 23 meses.
- Mujeres gestantes.
- Adultos de 60 y más años.
- Personas con enfermedades de riesgo como: enfermedades pulmonares crónicas (Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica -EPOC-, asma, neumopatías, enfermedad pulmonar laboral), familiares de niños con cáncer, cáncer en niños y adultos, cardiopatías, inmunodeficiencias incluido VIH, enfermedades autoinmunes, obesidad mórbida.



2. ¿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 cinco 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.

