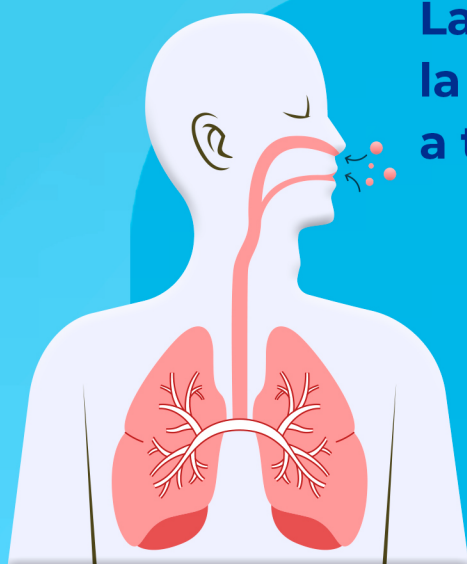


¿Qué es la neumonía?

Es infección en la que los pulmones se inflaman y se llenan de líquido o pus.



La neumonía es causada por la inhalación de microorganismos a través del aire (virus, bacterias u hongos).

El sistema inmunitario combate estos microorganismos para que no puedan invadir los pulmones, sin embargo, pueden ser tan fuertes que algunos logran dominarlo.

Síntomas

Varían dependiendo del tipo de microorganismo, edad y estado de salud general, algunos síntomas son:



- Dolor en el pecho al toser o respirar
- Náuseas y/o vómito
- Escalofríos



- Tos con flema
- Fatiga
- Fiebre

Factores de riesgo



Fumar: el cigarrillo daña las defensas naturales del cuerpo.



Sistema inmune deprimido: como personas con VIH, trasplante de órganos o quimioterapias.



Estar hospitalizado: por los microorganismos del ambiente.



Enfermedad crónica: enfermedad cardíaca, asma o EPOC.

¿Cómo prevenir la neumonía?



Vacúnate:

existen vacunas con capacidad de prevenir algunos tipos de neumonía. Los niños tienen un riesgo mayor, por su contacto en guarderías y colegio.



Buena higiene:

lavado de manos recurrente y uso de desinfectantes a base de alcohol.



No fumes:

para evitar dañar las defensas naturales del cuerpo.



Fortalece tu sistema inmunológico:

con ejercicio regular, dieta saludable y descanso de 7 a 8 horas.



¿Cómo prevenir el contagio dentro de la clínica?

Escanea



y responde la encuesta

Aislamientos:

respetar las medidas de precaución instauradas por el personal de la institución.

Tapabocas:

mantenerlo siempre puesto cubriendo boca y nariz.

Lavado de manos:

la higiene es muy importante.

Vacúnate:

siempre con vacuna actualizada de influenza, neumococo y otros virus respiratorios.

