

Prevención de enfermedades respiratorias

A Medidas para el hogar

1. Limpie y desinfecte las superficies regularmente.
2. Limpie y desinfecte regularmente manillas u otros objetos de uso frecuente.
3. Ventile las habitaciones de su casa todos los días.
4. Encienda y apague la estufa fuera de casa (Instrucción para estufas con fuentes contaminantes como estufas a parafina y braseros).

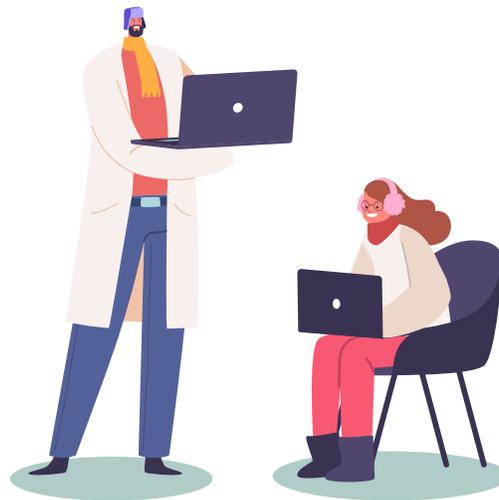
B Medidas de autocuidado

1. Evite realizar actividades deportivas al aire libre en días de alerta ambiental.
2. Evite fumar.
3. En caso de fumar, evite estrictamente realizarlo en espacios cerrados, como dentro del hogar.
4. Evite asistir a lugares con aglomeración de público y poco ventilados.

Síntomas de enfermedad respiratoria grave

A Síntomas de enfermedad respiratoria grave en adultos mayores:

1. Decaimiento y falta de apetito, que no permitan realizar sus actividades de la vida diaria.
2. Fiebre y escalofríos, que no ceda con antipiréticos.
3. Dificultad para respirar.
4. Tos con sangre.
5. Dolor tipo puntada en costado del pecho asociado a dificultad para respirar.
6. Tono azulado en la piel y labios.



7. Desorientación, somnolencia o conductas agresivas o fuera de lugar.

B Síntomas de enfermedad respiratoria grave en niños menores de 1 año:

1. Rechaza la lactancia materna, comer y/o beber líquidos.
2. Más irritabilidad que lo habitual.
3. Fiebre en menores de 3 meses o fiebre por más de 72hrs en mayores de 3 meses que no ceda con antipiréticos.
4. Dificultad para respirar, aleteo nasal, que el pecho se hunda entre las costillas o en la clavícula al respirar.
5. Tono azul en piel y labios.
6. Compromiso de conciencia (somnolencia excesiva).

En caso de síntomas de enfermedad respiratoria grave ya sea en niños o adultos consulte tempranamente en un servicio de Urgencia. En caso de dudas comuníquese con Salud Responde llamando al 600 360 7777.