



HOSPITAL  
SERENA DEL MAR

Operado por:



Fundación  
Santa Fe de Bogotá

# ¡Protege a tu familia de las Infecciones Respiratorias Agudas - IRA!

**3 MENSAJES  
CLAVES**

Información suministrada por el Ministerio  
de Salud y Protección Social y el Departamento  
Administrativo de Salud Distrital - DADIS.

## ¿QUE SON LAS INFECCIONES RESPIRATORIAS AGUDAS?

La **Infección Respiratoria Aguda (IRA)** es una enfermedad del aparato respiratorio que se origina por diferentes microorganismos como virus y bacterias.

Las IRA son las infecciones más usuales en los niños, estas se presentan de forma repentina y tienen una duración de 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 convertirse en una amenaza para la vida, como en el caso de la neumonía.

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



# 1

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

- Mantén el esquema de vacunación completo (niños, niñas, escolares y adultos) acorde con su edad.
- Evita la presencia de humo y polvo al interior de tu hogar.
- Facilita la ventilación, iluminación y limpieza de esta.
- Restrinja el contacto con personas con gripa o tos. Los enfermos deben utilizar tapabocas y mantener las manos limpias con un correcto lavado de manos.
- Evita los cambios bruscos de temperatura.
- Evita el contacto con fumadores.
- Intensificar el lavado de manos con agua y jabón.
- Estornudar o toser, sobre el ángulo interno del brazo y usar tapabocas o mascarilla (niños mayores a 3 años y adultos).
- Fomentar la lactancia materna en los niños menores de 6 meses.

## 2

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

- En niños, evita llevarlos a la escuela.
- Realiza el control de la fiebre mayor de **38,5 °C** según indicaciones médicas.
- Aumenta la ingesta de líquidos y brinda alimentos en porciones pequeñas, con mayor frecuencia.
- Limpia con frecuencia la nariz, dejándola libre de secreciones y/o aplicar suero fisiológico.
- Identifica signos de alarma y consulta a un médico de forma inmediata, ante la presencia de alguna sospecha.
- Lavar las manos frecuentemente con agua y jabón.
- Mantener al niño sentado por lo menos 30 minutos después de cada comida.
- Da únicamente los medicamentos que fueron formulados por el médico, en la dosis y en los horarios establecidos y por el tiempo indicado.
- Usar el tapabocas ante la presencia de síntomas (**niños mayores de 3 años y adultos**).

## 3 ¿CUÁNDO CONSULTAR AL MÉDICO?

Las **Infecciones Respiratorias Agudas** se pueden atender en casa con los cuidados necesarios. Sin embargo, si tu hijo(a) presenta cualquiera de estos síntomas, acude al centro médico de inmediato:

### EN MENORES DE 2 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.

### DE 2 MESES A 5 AÑOS

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

## DE 5 AÑOS EN ADELANTE

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

**Una infección Respiratoria Aguda tratada a tiempo puede salvar una vida.**

**Aprende a reconocerlas y protege a tu familia.**



**HOSPITAL  
SERENA DEL MAR**

Operado por:



Fundación  
Santa Fe de Bogotá

SÍGUENOS:     @hospitalserenadelmar