CELEBRACIÓN DEL SABER

ABORDANDO LA INFECCIÓN RESPIRATORIA Y LA ENFERMEDAD DIARREICA

INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA (IRA)



La infección respiratoria aguda es una enfermedad que afecta las vías respiratorias (nariz, garganta, bronquios, pulmones), causada por virus o bacterias.

PRÁCTICAS SALUDABLES DE PREVENCIÓN

- Lavado frecuente de manos con agua y jabón.
- Uso de tapabocas si se tienen síntomas respiratorios.
- Ventilar los espacios cerrados.
- Cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar.
- Evitar el contacto cercano con personas enfermas.







CÓMO SE TRANSMITEN

- A través de goticas de saliva al toser, estornudar o hablar.
- Por contacto directo con manos u objetos contaminados.

SIGNOS DE ALARMA

- Respiración rápida o dificultad para respirar.
- Hundimiento de las costillas al respirar.
- Fiebre alta persistente.
- Convulsiones.
- Somnolencia excesiva.
- Dificultad para comer, beber o lactar.







ENFERMEDAD DIARREICA AGUDA (EDA)

La enfermedad diarreica aguda es el aumento en el número de deposiciones blandas o líquidas (3 o más en 24 horas), de inicio inesperado y corta duración, que puede causar deshidratación.



PRÁCTICAS SALUDABLES DE PREVENCIÓN

- Lavado de manos antes de preparar o consumir alimentos y después de ir al baño.
- Consumo de agua potable segura.
- Lavado adecuado de frutas y verduras.
- Buena higiene en la preparación y conservación de alimentos.
- Lactancia materna exclusiva en los primeros 6 meses de vida.





CÓMO SE TRANSMITEN

- Por consumo de agua o alimentos contaminados.
- Por contacto con manos u objetos contaminados con materia fecal.

SIGNOS DE ALARMA

- Presencia de sangre en las deposiciones.
- Vómito persistente.
- Sed intensa, boca y piel secas.
- Ojos hundidos o llanto sin lágrimas.
- Decaimiento o falta de apetito.
- Diarrea abundante que no mejora.



SINDY PATIÑO
ENFERMERA

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas