ACTIVIDAD Nº 34 - PIC 2026

1. Planeación

Eje del PTS: Determinantes sociales de la salud	
Actividad Contratada: Elaborar y/o reproducir una estrategia trimestral de información en salud asi: 12 cuñas de 45-60 segundos de duracion (4 mesuales), 2 horas de perifoneo mensual, 3 videos (1 mensual), 12 publicacion por redes sociales por trimestre (1 semanal), en entornos y grupos poblacionales urbanos y rurales (población infantil y/o lideres comunitarios, y/o poblacion vulnerable y/o poblacion etnica segun corresponda), para la divulgación de los 3 mensajes clave para la prevención, manejo y control de las Enfermedades Respiratorias y Diarreicas Agudas: 1. ¿Cómo evito que mi hijo se enferme? 2. ¿Cómo lo cuido en casa? 3. ¿Cuándo debo llevarlo a la institución de salud? de la campaña "Gripa? a metros!!!!! de MINSALUD	
Línea Operativa: Cuidado de la salud en el territorio	
Categoría Operativa: Información en salud	
Tema: Estrategia trimestral de información en salud para la prevención, manejo y control de la IRA y la EDA	
Objetivo: Realizar información en salud buscando la prevención de Infección Respiratoria Aguda y la Enfermedad Diarreica Aguda, mediante cuñas radiales, videos, perifoneos e imagenes informativas.	
Curso de vida al cual va dirigido: Primera infancia, infancia, adolescencia, juventud, adultez, vejez	
Metodología: Taller:___ Jornada_____Sesión Educativa: Seminario _ Otro__X____	
Fecha: Enero, febrero y Marzo de 2026	**Hora Inicio:** 8:00 am **Hora finalización:** 3:00 pm
Ayudas educativas: imágenes, computador, sonido	
Funcionario responsable: Jennifer Tatiana Toro Cala	
Forma de ejecución: Presencial__X_____Virtual____Otro_____	
Material Educativo entregado: N/A	

2. Ejecución

La ejecución de la estrategia informativa se llevó a cabo mediante la elaboración de 4 cuñas radiales por mes, 4 imágenes informativas de manera semanal, un video por mes y perifoneos en diferentes lugares del municipio de Macanal.

La publicación de las imágenes y los videos se hizo principalmente en la red socia Facebook de la ESE Centro de Salud.

3. Elaboración y presentación de material educativo

CUÑAS RADIALES ENERO

- La enfermedad diarreica *aguda es una de las principales causas de deshidratación, especialmente en niños y adultos mayores.*
  Se presenta por el consumo de agua contaminada, alimentos mal lavados o por una higiene inadecuada.
  Para prevenirla, recuerda lavarte las manos con agua y jabón antes de preparar alimentos, antes de comer y después de ir al baño.
  Consume siempre agua hervida, tratada o potable y lava muy bien frutas y verduras.
  Mantén los alimentos tapados y en lugares limpios.
  Si presentas diarrea persistente, fiebre, vómito o malestar general, no te automediques y acude al centro de salud más cercano.
  La prevención empieza en casa. Cuidar tu salud es cuidar a tu familia.
  Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.

- La diarrea aguda puede ser peligrosa si no se atiende a tiempo.
  Presta atención a los signos de alarma: deposiciones líquidas frecuentes, fiebre alta, vómito constante, sangre en las heces, boca seca, llanto sin lágrimas en los niños o decaimiento extremo.
  Estos síntomas indican deshidratación, una condición que puede poner en riesgo la vida.
  Ante cualquiera de estos signos, acude inmediatamente al servicio de salud.
  No suspendas la alimentación y administra suero de rehidratación oral.
  Recuerda: una atención oportuna previene complicaciones.
  La diarrea se puede tratar, pero no se debe ignorar.

Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.

- *La enfermedad respiratoria aguda afecta la nariz, garganta y pulmones, y puede presentarse en cualquier época del año.*
  Se transmite a través de la tos, los estornudos o el contacto con superficies contaminadas.
  Para prevenirla, lávate las manos frecuentemente con agua y jabón, cúbrete la boca y la nariz al toser o estornudar y evita tocarte la cara con las manos sucias.
  Ventila los espacios cerrados y evita los cambios bruscos de temperatura.
  Si presentas síntomas como tos persistente, fiebre, dolor de garganta o dificultad para respirar, **no te automediques** y acude al centro de salud.
  La prevención es la mejor protección para ti y tu familia.
  Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.

- *Las enfermedades respiratorias agudas afectan a niños, adultos y personas mayores, y se transmiten fácilmente a través del aire y el contacto directo.*
  Una simple tos o estornudo puede llevar virus y bacterias a quienes nos rodean.
  Por eso, la prevención es fundamental.
  Lávate las manos con agua y jabón varias veces al día, especialmente después de estar en la calle, antes de comer y después de toser o estornudar.
  Cubre tu boca y nariz con el antebrazo al toser y estornudar, y evita tocarte la cara con las manos sucias.
  Mantén ventilados los espacios cerrados y evita cambios bruscos de temperatura.
  Si presentas tos, fiebre, dolor de garganta o dificultad para respirar, no te automediques.
  Acude al centro de salud más cercano y sigue las recomendaciones médicas.
  Cuidar tu salud respiratoria es proteger la vida de tu familia y tu comunidad.

Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.

CUÑAS RADIALES FEBRERO

1. Las infecciones respiratorias agudas son una de las principales causas de enfermedad en niños, pero podemos prevenirlas. Para proteger a tu hijo recuerda:
   Mantén sus vacunas al día, lávale las manos con frecuencia, evita exponerlo al humo del cigarrillo y a cambios bruscos de temperatura.

Ventila diariamente tu hogar y enséñale a cubrir su boca y nariz al toser o estornudar.

Si tu hijo presenta fiebre, tos persistente o dificultad para respirar, acude de inmediato al servicio de salud.

Prevenir está en tus manos… cuidemos juntos la salud de nuestros niños.

Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.

2. ¿Sabías que la Infección Respiratoria (IRA9, es la infección más frecuente en los niños? . se presenta de forma repentina y dura menos de dos semanas.

La mayoría de estas enfermedades, como la gripa y el resfriado común, son leves, pero dependiendo del estado genera de salud de la persona pueden complicarse y llegar a amenazar la vida como en el caso de la neumonía. Se transmiten fácilmente al toser, estornudar o tocar superficies contaminadas, y sus síntomas incluyen tos, fiebre, dolor de cabeza y congestión nasal.

Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.

3. Para evitar que mi hijo se enferme de Enfermedad Diarreica Aguda es necesario implementar las siguientes acciones:

Higiene y lavado de manos: el contacto mano-boca, es la vía principal de contagio, es vital lavarle las manos al niño y tú lavarte las tuyas en las siguientes situaciones: después de ir al baño o de cambiarle el pañal, antes de comer o manipular los alimentos, después de jugar con mascotas o en áreas comunes.

Limpieza del entorno: desinfecta regularmente los juguetes que el niño suele llevarse a la boca, mantén las superficies de la cocina y el área de cambio de pañales siempre limpios.

Lactancia materna y vacunación: lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida, la lecha materna es la primera vacuna que protege su sistema digestivo con anticuerpos; asegúrate que su esquema de vacunación esté al día.

Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.

4. Identificar los síntomas a tiempo es fundamental para evitar que un cuadro leve se convierta en una emergencia. Los síntomas de la **EDA** se dividen generalmente en los propios de la infección y los de la deshidratación (que es lo más peligroso).

Los síntomas digestivos más comunes son:
Cambio en las heces: Se vuelven líquidas, semilíquidas o muy blandas.

Aumento de frecuencia: Tres o más deposiciones en menos de 24 horas.

Dolor abdominal: Cólicos o retortijones antes de ir al baño.

Náuseas y vómitos: A veces aparecen antes que la diarrea.

Fiebre: Puede ser leve o alta, dependiendo de si la causa es un virus o una bacteria.

Inapetencia: El niño no quiere comer o rechaza el pecho/biberón

Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.

CUÑAS RADIALES MARZO

- La enfermedad diarreica aguda puede afectar a niños, adultos y especialmente a los adultos mayores. Pero la buena noticia es que sí se puede prevenir.
  Recuerda siempre lavarte las manos con agua y jabón antes de preparar alimentos, antes de comer y después de ir al baño.
  Consume agua segura o hervida, y lava muy bien las frutas y verduras antes de consumirlas.
  Si un niño o un adulto presenta diarrea frecuente, vómito o signos de deshidratación, es importante acudir al centro de salud y comenzar de inmediato la rehidratación oral.
  Cuidar la higiene en el hogar y en la preparación de alimentos protege la salud de toda la familia.
  Prevenir la enfermedad diarreica aguda está en tus manos.
  ¡Cuida tu salud y la de tu familia!
  Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.

- La ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026 transmite el siguiente mensaje a la comunidad Macanalense: Queridas familias, la enfermedad diarreica aguda es una de las principales causas de enfermedad en niños, pero podemos prevenirla con acciones sencillas.
  Mantén siempre agua potable o hervida para beber.
  Lava bien los alimentos y cocina adecuadamente carnes y verduras.
  Mantén limpios los utensilios de cocina.
  En caso de diarrea, no suspendas la alimentación, ofrece líquidos frecuentemente y utiliza suero de rehidratación oral.
  Si la diarrea persiste o aparecen signos de deshidratación, consulta inmediatamente al personal de salud.
  La higiene y el cuidado diario protegen la salud de nuestros niños y nuestras familias.
  ¡Prevenir es la mejor medicina!

- ¡Atención comunidad!
  Las infecciones respiratorias agudas como la gripa, el resfriado o la bronquitis pueden afectar a cualquier persona, pero especialmente a niños, adultos mayores y personas con defensas bajas.
  Para prevenirlas es importante adoptar hábitos saludables.
  Lávate las manos con frecuencia usando agua y jabón, especialmente después de toser, estornudar o estar en lugares públicos.
  Cubre tu boca y nariz con el antebrazo al toser o estornudar, y evita el contacto cercano con personas que presenten síntomas respiratorios.
  Mantén los espacios bien ventilados, limpia con frecuencia las superficies del hogar y evita la exposición al humo del cigarrillo.
  Si presentas fiebre, tos persistente o dificultad para respirar, acude al centro de salud más cercano.
  Prevenir las infecciones respiratorias está en tus manos.
  ¡Cuidemos nuestra salud y la de nuestra comunidad!
  Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.

- Las **infecciones respiratorias agudas** pueden iniciar con síntomas leves como **tos, congestión nasal o dolor de garganta**, pero en algunos casos pueden complicarse.
  Por eso es importante reconocer los **signos de alerta**.
  Presta atención si hay **fiebre alta, respiración rápida, dificultad para respirar, silbidos en el pecho o decaimiento**.
  En niños pequeños observa si presentan **hundimiento en las costillas o dificultad para alimentarse**.
  Ante estos síntomas, **no te automediques** y acude al **centro de salud más cercano**.
  Recuerda que una atención oportuna puede **evitar complicaciones**.
  Cuidar la higiene, ventilar los espacios y mantener hábitos saludables **ayuda a prevenir las infecciones respiratorias**.
  ¡Tu salud y la de tu familia es lo más importante!
  Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.

PIEZAS INFORMATIVAS

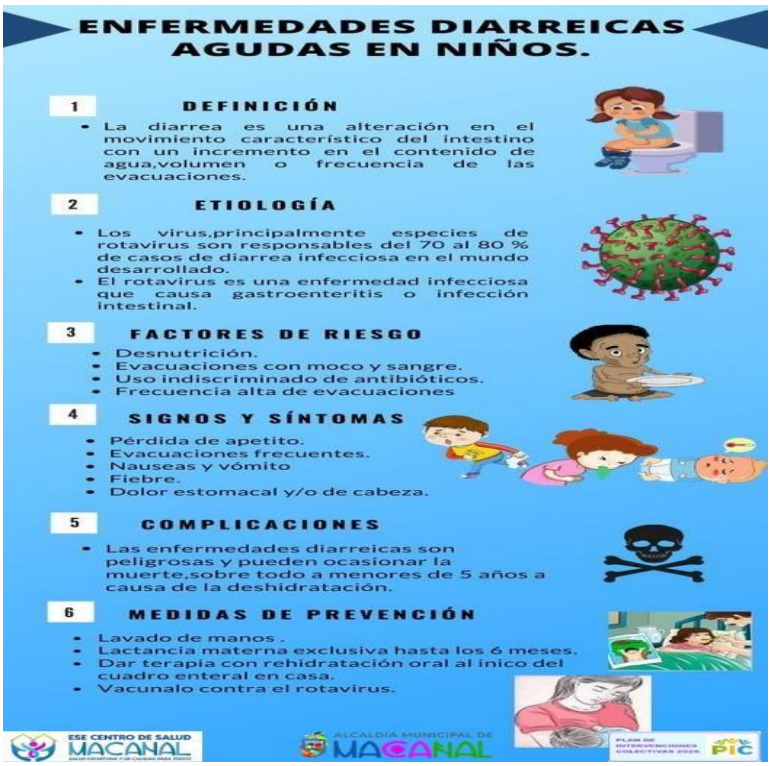
Cúbrase al toser y estornudar
Utiliza papel descartable o el pliegue de codo
Mantén los ambientes ventilados
No fumes y mantén los ambientes libres de humo de tabaco
Lavate las manos con agua y jabón, sobre todo antes de preparar o ingerir alimentos
Realiza actividades físicas en forma periódica
Si estás enfermo quédate en casa
Abrígate al salir
Vacúnate según las indicaciones para cada grupo de edad y de riesgo
Manten la lactancia materna has los 2 años
No te auto mediques y visita a tu médico
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS 2026
PIC

INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA (IRA)?
¿Qué es la IRA?
Es una enfermedad que afecta la nariz, garganta, bronquios y pulmones.
Tos y estornudos
Fiebre
Dificultad para respirar
¿Cómo prevenirla?
Lava tus manos
Usa mascarilla
Ventila los rincones
Abrigate y evita cambios de temperatura
¡Come sano y descansa bien!

CÓMO SE CONTAGIA
POR CONTACTO HUMANO
TRANSMISIÓN POR AIRE
OBJETOS CONTAMINADOS
SIGNOS DE ALARMA
EN NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS
Aumento en la frecuencia respiratoria o respiración rápida
Se le hunden las costillas al respirar.
Presenta ruidos extraños al respirar o "le silba el pecho".
No quiere comer o beber y vomita todo.
Fiebre, que no cede con la administración de medicamentos.
Decaimiento y somnolencia. Ataques o convulsiones
ENFERMEDAD RESPIRATORIA AGUDA - IRA
La Infección Respiratoria Aguda (IRA) constituye un grupo de enfermedades que se producen en el aparato respiratorio, causadas por diferentes microrganismos como virus y bacterias, que comienzan de forma repentina y duran menos de 2 semanas.
CÓMO SE PREVIENE
Los enfermos y sus cuidadores deben utilizar tapabocas
Lavarse bien las manos con agua y jabón
Asistir al médico en caso de presentar signos de alarma
Evita el contacto con personas con gripa.
ALCALDÍA MUNICIPAL DE MACANAL

ENFERMEDAD DIARREICA AGUDA
Es una enfermedad infecciosa producida por virus, bacterias que afecta principalmente a niñas y a niños menores de 5 años.
CAUSAS
Virus (Rotavirus)
Bacterias y parásitos
Intolerancia a la lactosa
Mal manipulación de alimentos
Trastornos digestivos
Se presenta como deposiciones de 3 o más veces al día de hece sueltas o líquidas que puede ir acompañadas de vómito, fiebre.
SINTOMAS
Nauseas
Vómitos
Dolor abdominal
Fiebre
El bebé todo lo vomita, no quiere comer ni beber
Mas de 3 evacuaciones en una hora
Diarrea con sangre
DESHIDRATACIÓN GRAVE
Letárgico o pérdida de conocimiento
Ojos hundidos
Incapacidad o casi incapacidad para beber
DESHIDRATACIÓN MODERADA
Irritabilidad
Ojos hundidos
Ganas de beber, sed
Dolor de cabeza
MEDIDAS PREVENTIVAS
Acceso a agua potable
Lavado de manos con jabón
Lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida
Higiene alimentaria correcta
Vacuancion contra rotavirus

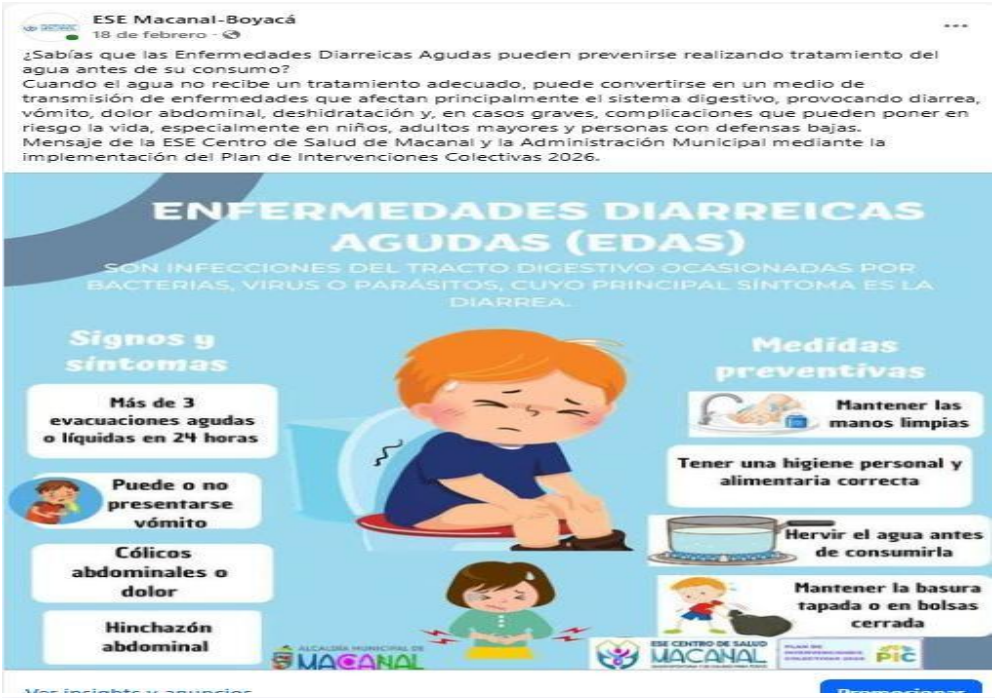
MENSAJES CLAVES EDA
1 Cómo evitar que el niño o niña se enferme?
Prevención: Vacunas al día, buena higiene, nutrición y evitar contacto con enfermos.
2 Cómo cuidar al niño o niña en casa
Cuidado Integral: Alimentación, hidratación, descanso, ambiente limpio y estimulación afectiva.
3 Cuando consultar al medico?
Alerta Médica: Fiebre alta, dificultad respiratoria, vómitos /diarrea persistente
cambios graves de comportamiento o cualquier síntoma preocupante.


ENFERMEDADES DIARREICAS AGUDAS EN NIÑOS.
1 DEFINICIÓN
La diarrea es una alteración en el movimiento característico del intestino con un incremento en el contenido de agua,volumen o frecuencia de las evacuaciones.
2 ETIOLOGÍA
Los virus,principalmente especies de rotavirus son responsables del 70 al 80 % de casos de diarrea infecciosa en el mundo desarrollado.
El rotavirus es una enfermedad infecciosa que causa gastroenteritis o infección intestinal.
3 FACTORES DE RIESGO
Desnutrición.
Evacuaciones con moco y sangre.
Uso indiscriminado de antibióticos.
Frecuencia alta de evacuaciones
4 SIGNOS Y SÍNTOMAS
Pérdida de apetito.
Evacuaciones frecuentes.
Nauseas y vómito
Fiebre.
Dolor estomacal y/o de cabeza.
5 COMPLICACIONES
Las enfermedades diarreicas son peligrosas y pueden ocasionar la muerte,sobre todo a menores de 5 años a causa de la deshidratación.
6 MEDIDAS DE PREVENCIÓN
Lavado de manos .
Lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses.
Dar terapia con rehidratación oral al inico del cuadro enteral en casa.
Vacunalo contra el rotavirus.

¿QUÉ ES LA IRA?
(Infección Respiratoria Aguda)
La IRA es definida como un conjunto de síntomas que afectan el sistema respiratorio, ocasionadas por diversos microorganismos como virus y bacterias. Estas infecciones se caracterizan por aparecer repentinamente y durar menos de 2 semanas.
SIGNOS DE ALARMA
Falta de apetito
Aumento en la frecuencia respiratoria
Silbidos en el pecho
Fiebre persistente
Irritabilidad
Fatiga y somnolencia
Ataques o convulsiones
Dificultad para respirar
Dolor en el pecho al respirar o toser
PREVENCIÓN
Lavarse las manos con frecuencia.
Evitar el contacto cercano con personas enfermas, y tener medidas de higiene en caso de haberlo estado.
Cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar, preferiblemente con un pañuelo desechable o con el codo.
Evitar tocarse la cara, especialmente los ojos, la nariz y la boca, con frecuencia, atendiendo a que, por ser mucosas, con vías de contagiomás rápidas.
Mantener una buena ventilación e espacios cerrados.
SI PRESENTA UN SIGNO DE ALARMA, CONSULTE A SU MÉDICO
Use de mascarilla
Lavado de manos
No suspenda alimentación
Evite el contacto con fumadores
Mantenga las fosas nasales destapadas
No se automedique
Ventilación permanente
Hidrátese frecuentemente

Las EDA
(Enfermedades Diarreícas Agudas)
Pueden prevenirse con simples acciones:
Lava tus manos:
Hazlo varias veces al día, especialmente antes de comer y después de usar el baño.
Agua potable:
Asegúrate de que el agua que consumes sea segura.
Preparación de alimentos:
Cocina bien los alimentos y lava frutas y verduras antes de consumirlas.
Limpieza del hogar:
Mantén una buena higiene en tu hogar y entorno.
Atención a los síntomas:
Si alguien presenta diarrea, ofrécele líquidos y en caso de signos de alarma busca atención médica.
JUNTOS
mantenemos a
Boyacá saludable
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS 2026
PIC
ESE CENTRO DE SALUD MACANAL
SALUD OPORTUNA Y DE CALIDAD PARA TODOS

PUBLICACIÓN DE PIUEZAS INFORMATIVAS Y VIDEOS EN REDES SOCIALES


ESE Macanal-Boyacá
18 de febrero
¿Sabías que las Enfermedades Diarreicas Agudas pueden prevenirse realizando tratamiento del agua antes de su consumo?
Cuando el agua no recibe un tratamiento adecuado, puede convertirse en un medio de transmisión de enfermedades que afectan principalmente el sistema digestivo, provocando diarrea, vómito, dolor abdominal, deshidratación y, en casos graves, complicaciones que pueden poner en riesgo la vida, especialmente en niños, adultos mayores y personas con defensas bajas.
Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.
ENFERMEDADES DIARREICAS AGUDAS (EDAS)
SON INFECCIONES DEL TRACTO DIGESTIVO OCASIONADAS POR BACTERIAS, VIRUS O PARÁSITOS, CUYO PRINCIPAL SÍNTOMA ES LA DIARREA.
Signos y síntomas
Más de 3 evacuaciones agudas o líquidas en 24 horas
Puede o no presentarse vómito
Cólicos abdominales o dolor
Hinchazón abdominal
Medidas preventivas
Mantener las manos limpias
Tener una higiene personal y alimentaria correcta
Hervir el agua antes de consumirla
Mantener la basura tapada o en bolsas cerrada

ESE Macanal-Boyacá
20 de febrero
Las Infecciones Respiratorias Agudas se pueden prevenir implementando acciones como, el lavado de manos con agua y jabón antes de preparar o manipular los alimentos, mantener la lactancia materna hasta los 2 años de vida, abrigarse en los días frios antes de salir de casa, especialmente en los últimos días en que se han presentado lluvias.
Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.
Cúbrase al toser y estornudar
Utiliza papel descartable o el pliegue de codo
Mantén los ambientes ventilados
No fumes y mantén los ambientes libres de humo de tabaco
Lavate las manos con agua y jabón, sobre todo antes de preparar o ingerir alimentos
Realiza actividades fisicas en forma periódica
Si estás enfermo quédate en casa
Abrígate al salir
Vacúnate según las indicaciones para cada grupo de edad y de riesgo
Manten la lactancia materna has los 2 años
Ver insights y anuncios
Promocionar

ESE Macanal-Boyacá
2 de marzo a las 14:04 ·
Las Enfermedades Diarreicas Agudas se pueden prevenir con acciones simples como la limpieza del hogar, la cocción adecuada de los alimentos, el consumo de agua potable y el lavado de manos especialmente antes de comer y después de usar el baño.
Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.
Las EDA
(Enfermedades Diarreicas Agudas)
Pueden prevenirse con simples acciones:
Lava tus manos:
Hazlo varias veces al día, especialmente antes de comer y después de usar el baño.
Agua potable:
Asegúrate de que el agua que consumes sea segura.
Preparación de alimentos:
Cocina bien los alimentos y lava frutas y verduras antes de consumirlas.
Limpieza del hogar:
Mantén una buena higiene en tu hogar y entorno.
Atención a los síntomas:
Si alguien presenta diarrea, ofrécele líquidos y en caso de signos de alarma busca atención médica.
JUNTOS
mantenemos a
Boyacá saludable
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS 2026
PIC
ESE CENTRO DE SALUD MACANAL

ESE Macanal-Boyacá
3 de marzo a las 11:10 ·
Prevenir la Enfermedad Diarreica Aguda no solo es una medida de salud pública, sino también un compromiso personal y comunitario con la vida y el bienestar. Pequeñas acciones diarias pueden marcar una gran diferencia en la calidad de vida de toda la población.
Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.
que afecta principalmente a niñas y a niños menores de 5 años.
CAUSAS
• Virus (Rotavirus)
• Bacterias y parásitos
• Intolerancia a la lactosa
• Mal manipulación de alimentos
• Trastornos digestivos
Se presenta como deposiciones de 3 o más veces al día de hece sueltas o líquidas que puede ir acompañadas de vómito, fiebre.
SINTOMAS
• Nauseas
• Vómitos
• Dolor abdominal
• Fiebre
• El bebé todo lo vomita, no quiere comer ni beber
• Mas de 3 evacuaciones en una hora
• Diarrea con sangre
DESHIDRATACIÓN GRAVE
• Letárgico o pérdida de conocimiento
• Ojos hundidos
• Incapacidad o casi incapacidad para beber
DESHIDRATACIÓN MODERADA
• Irritabilidad
• Ojos hundidos
• Ganas de beber, sed
• Dolor de cabeza
Ver insights y anuncios
Promocionar

ESE Macanal-Boyacá
9 de marzo a las 8:47 ·
¿Sabías que los principales síntomas de la Infección Respiratoria Aguda son las dificultad para respirar, fiebre, tos y estornudos?.
La Infección Respiratoria Aguda (IRA), se puede prevenir mediante el lavado de manos, abrigarse lo suficiente y usar el tapabocas cuando sea necesario.
Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal, mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.
INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA (IRA)?
¿Qué es la IRA?
Es una enfermedad que afecta la nariz, garganta, bronquios y pulmones.
Tos y estornudos
Fiebre
Dificultad para respirar
¿Cómo prevenirla?
Lava tus manos
Usa mascarilla
Ventila los rincones
Abrigate y evita cambios de temperatura
¡Come sano y descansa bien!

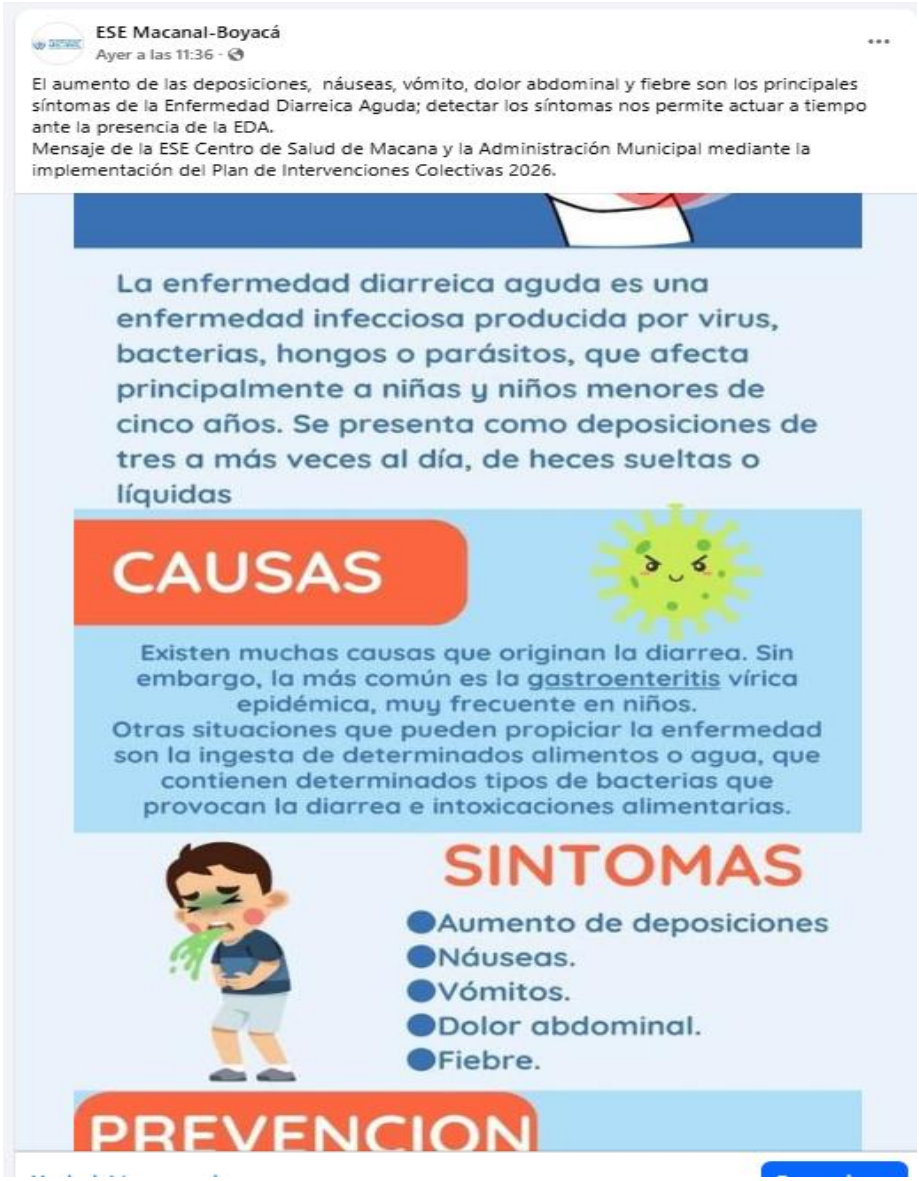
ESE Macanal-Boyacá
13 de marzo a las 15:22 ·
Cuidar nuestra salud respiratoria es una responsabilidad de todos. Para prevenir la Infección Respiratoria Aguda, es importante lavarse las manos con frecuencia, cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar, mantener los espacios ventilados y evitar el contacto cercano con personas que presenten síntomas gripales.
Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026
CÓMO SE CONTAGIA
POR CONTACTO HUMANO
TRANSMISIÓN POR AIRE
OBJETOS CONTAMINADOS
SIGNOS DE ALARMA
EN NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS
ENFERMEDAD RESPIRATORIA AGUDA - IRA
La Infección Respiratoria Aguda (IRA) constituye un grupo de enfermedades que se producen en el aparato respiratorio, causadas por diferentes microorganismos como virus y bacterias, que comienzan de forma repentina y duran menos de 2 semanas.
CÓMO SE PREVIENE
Ver insights y anuncios
Promocionar
Tú y 4 personas más
Me gusta
Comentar
Compartir

ESE Macanal-Boyacá
19 de marzo a las 11:10 ·
Los tres mensajes clave en la prevención de la EDA, permiten a las familias y cuidadores determinar las medidas necesarias que deben tomar para evitar la presencia de la Enfermedad Diarreica Aguda en los menores. Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.
MENSAJES CLAVES EDA
1 Cómo evitar que el niño o niña se enferme?
Prevención: Vacunas al día, buena higiene, nutrición y evitar contacto con enfermos.
2 Cómo cuidar al niño o niña en casa
Cuidado Integral: Alimentación, hidratación, descanso, ambiente limpio y estimulación afectiva.
3 Cuando consultar al medico?
Alerta Médica: Fiebre alta, dificultad respiratoria, vómitos /diarrea persistente
cambios graves de comportamiento o cualquier síntoma preocupante.
Ver insights y anuncios
Promocionar
Tú y 5 personas más
Me gusta
Comentar
Compartir

ESE Macanal-Boyacá
Hace un momento ·
La ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026, invita a la comunidad a informarse en cuanto a la Infección Respiratoria Aguda, conociendo sus síntomas, la prevención y los signos de alarma para consultar al médico.
¿QUÉ ES LA IRA?
(Infección Respiratoria Aguda)
La IRA es definida como un conjunto de síntomas que afectan el sistema respiratorio, ocasionadas por diversos microorganismos como virus y bacterias. Estas infecciones se caracterizan por aparecer repentinamente y durar menos de 2 semanas.
SIGNOS DE ALARMA
Falta de apetito
Aumento en la frecuencia respiratoria
Silbidos en el pecho
Fiebre persistente
Irritabilidad
Fatiga y somnolencia
Ataques o convulsiones
Dificultad para respirar
Dolor en el pecho al respirar o toser
PREVENCIÓN
Lavarse las manos con frecuencia.
Evitar el contacto cercano con personas enfermas, y tener medidas de higiene en caso de haberlo estado.
Cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar, preferiblemente con un pañuelo desechable o con el codo.
Evitar tocarse la cara, especialmente los ojos, la nariz y la boca, con frecuencia, atendiendo a que, por ser mucosas, con vías de contagiomás rápidas.
Mantener una buena ventilación e espacios cerrados.
SI PRESENTA UN SIGNO DE ALARMA, CONSULTE A SU MÉDICO
Uso de mascarilla
Lavado de manos
No suspenda alimentación
Evite el contacto con fumadores
Mantenga las fosas nasales destapadas
No se automedique
Ventilación permanente
Hidrátese frecuentemente
Ver insights
Crear anuncio
ESE Macanal-Boyacá

ESE Macanal-Boyacá
Hace un momento
La ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026, invita a la comunidad Macanalense a informarse en todo lo relacionado a la Enfermedad Diarreica Aguda, sus factores de riesgo, signos y síntomas, medidas de prevención y cuando consultar al médico.
movimiento característico del intestino con un incremento en el contenido de agua,volumen o frecuencia de las evacuaciones.
2 ETIOLOGÍA
Los virus,principalmente especies de rotavirus son responsables del 70 al 80 % de casos de diarrea infecciosa en el mundo desarrollado.
El rotavirus es una enfermedad infecciosa que causa gastroenteritis o infección intestinal.
3 FACTORES DE RIESGO
Desnutrición.
Evacuaciones con moco y sangre.
Uso indiscriminado de antibióticos.
Frecuencia alta de evacuaciones
4 SIGNOS Y SÍNTOMAS
Pérdida de apetito.
Evacuaciones frecuentes.
Nauseas y vómito
Fiebre.
Dolor estomacal y/o de cabeza.
5 COMPLICACIONES
Las enfermedades diarreicas son peligrosas y pueden ocasionar la muerte,sobre todo a menores de 5 años a causa de la deshidratación.
6 MEDIDAS DE PREVENCIÓN
Lavado de manos
Ver insights
Crear anuncio
Tú y una persona más
1 vez compartido
Me gusta
Comentar
Compartir

ESE Macanal-Boyacá
Hace un momento ·
Saber cuando se debe acudir al médico en el desarrollo de la Infección Respiratoria Aguda, es fundamental para brindar atención oportuna a la persona afectada; la fiebre de difícil control, el decaimiento y la respiración mas rápida de lo normal son signos de alarma para tener en cuenta. Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.
Tercer mensaje clave para IRA
¿CUÁNDO DEBO ACUDIR AL MEDICO?
CONOCE LOS SIGNOS DE ALARMA POR
INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA
Si tienes un hijo menor de 5 años
Debes consultar de inmediato al médico cuando:
Si tiene entre dos meses y cinco años y presenta:
• Fiebre de difícil control, mayor de 39°C.
• Fiebre durante más de tres días.
• Decaimiento a pesar de no tener fiebre.
• Respiración más rápida de lo normal.
• Hundimiento de las costillas al respirar.
Ver insights
Crear anuncio
1


ESE Macanal-Boyacá
Ayer a las 11:36 ·
El aumento de las deposiciones, náuseas, vómito, dolor abdominal y fiebre son los principales síntomas de la Enfermedad Diarreica Aguda; detectar los síntomas nos permite actuar a tiempo ante la presencia de la EDA.
Mensaje de la ESE Centro de Salud de Macana y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026.
La enfermedad diarreica aguda es una enfermedad infecciosa producida por virus, bacterias, hongos o parásitos, que afecta principalmente a niñas y niños menores de cinco años. Se presenta como deposiciones de tres a más veces al día, de heces sueltas o líquidas
CAUSAS
Existen muchas causas que originan la diarrea. Sin embargo, la más común es la gastroenteritis vírica epidémica, muy frecuente en niños.
Otras situaciones que pueden propiciar la enfermedad son la ingesta de determinados alimentos o agua, que contienen determinados tipos de bacterias que provocan la diarrea e intoxicaciones alimentarias.
SINTOMAS
Aumento de deposiciones
Náuseas.
Vómitos.
Dolor abdominal.
Fiebre.
PREVENCION

PUBLICACIÓN DE VIDEOS EN RED SOCIAL FACEBOOK

ESE Macanal-Boyacá
Ayer a las 7:24 ·
Prevenir la Infección Respiratoria Aguda y la Enfermedad Diarreica Aguda es posible, con la implementación de acciones diarias que favorecen el bienestar de la salud. Es común que con el cambio de temperaturas que se han venido presentando, la población sea vulnerable para contraer Infecciones respiratorias y diarreicas agudas.
La ESE Centro de Salud de Macanal y la Administración Municipal mediante la implementación del Plan de Intervenciones Colectivas 2026, los invita a estar informados respecto a la IRA y la EDA.
PIC
ESE CENTRO DE SALUD MACANAL
ALCALDÍA MUNICIPAL DE MACANAL
Haz crecer tu empresa
Promociona un reel para compartir tu contenido con una audiencia más amplia e impulsar las ventas.
Ver insights y anuncios
Promocionar reel
Tú y 3 personas más
1 vez compartido 68 reproducciones
Me gusta
Comentar
Compartir

4. Conclusiones

- La implementación de una estrategia informativa enfocada en la prevención de las Infecciones Respiratorias Agudas (IRA) y las Enfermedades Diarreicas Agudas (EDA), a través de piezas informativas, cuñas radiales y material audiovisual, permitió fortalecer el conocimiento de la comunidad frente a prácticas de autocuidado y hábitos saludables.
- Se evidenció que el uso de diferentes canales de comunicación facilitó la difusión de mensajes clave, logrando mayor alcance e impacto en diversos grupos poblacionales, incluyendo población infantil, cuidadores y adultos mayores. Las cuñas radiales resultaron especialmente efectivas en zonas con acceso limitado a internet, mientras que los videos y piezas gráficas favorecieron la comprensión de la información mediante recursos visuales y didácticos.
- Asimismo, la estrategia contribuyó a sensibilizar a la comunidad sobre la importancia de medidas preventivas como el lavado frecuente de manos, la adecuada manipulación de alimentos, la hidratación oportuna y la consulta temprana ante signos de alarma. Esto permitió promover cambios positivos en los comportamientos relacionados con la salud.

Cordialmente,

Jennifer Tatiana Toro Cala-Enfermera Jefe
Profesional que ejecuta la actividad
E.S.E. Centro de Salud de Macanal