

# Infección Respiratoria

## Aguda (IRA)

### ¿Qué es eso de IRA?

Es la enfermedad más común en los niños menores de 5 años, puede ocurrir en cualquier parte del aparato respiratorio: nariz, garganta, laringe, tráquea, bronquios o pulmones. La mayoría de las IRA son leves; sin embargo, algunas pueden ser graves como la neumonía y bronquiolitis, que pueden causar la muerte. La mayoría de IRA se generan por virus respiratorios que se transmiten fácilmente a través del aire o las superficies contaminadas.



### ¿Cómo evitar que mi niño(a) o adulto mayor enfermen de IRA?

1. Control de polvo casero
2. Facilitar la ventilación e iluminación natural
3. Evitar el humo en casa
4. Evitar los cambios bruscos de temperatura
5. Evitar la propagación y contagio de infecciones respiratorias

### ¿Cuáles son los signos de alarma de una IRA?

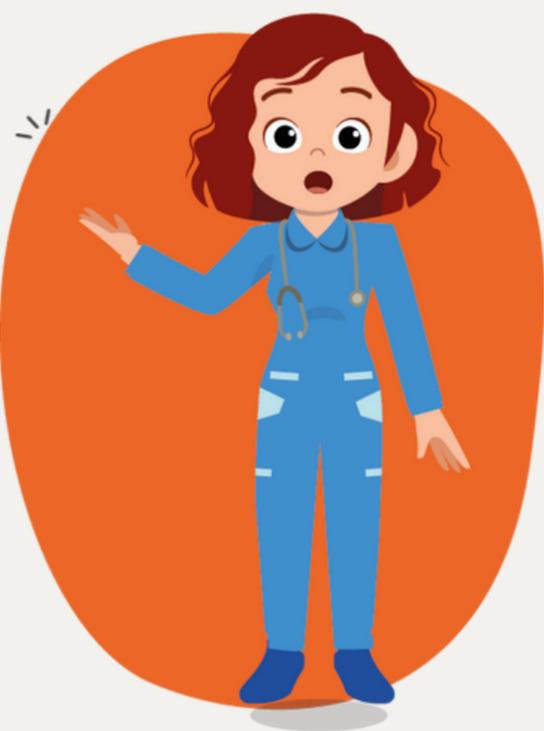
- Dificultad para respirar o respiración rápida
- Tiraje o hundimiento en las costillas:
- Ruidos al respirar:
- No puede comer o beber nada o vomita todo.
- Si se encuentra adormecido o no despierta con facilidad.
- Se encuentra inconsciente.
- Presentar fiebre de más de 38°C por más de 3 días.
- Presenta ataques o convulsiones.
- Cualquier episodio de fiebre en un niño menor de 2 meses.

### ¿Cómo cuida en casa a un niño(a) o adulto mayor con IRA?

- ✓ No enviar al jardín, escuela o colegio y evitar lugares con muchas personas.
- ✓ Lávele las manos frecuentemente con agua y jabón.
- ✓ Debe reconocer las siglas F. (fiebre) A. (alimentación) L (líquidos) .T. (tos) A. (alarma) N. (nariz)



## Concejos a tener en cuenta



Todas las familias deben estar atentas a los cambios de temperatura y evitar la exposición a las lluvias y tomar medidas que eviten la enfermedad



Es fundamental tener el esquema de vacunación completo para la edad, la IRA y la EDA son eventos prevenibles y evitables.



Suministre únicamente los medicamentos que fueron formulados por el médico, en las dosis y horarios establecidos y por el tiempo indicado.



# Enfermedad Diarreica

## Aguda (EDA)

### ¿Qué es eso de EDA?

La Enfermedad Diarreica Aguda (EDA) es un trastorno gastrointestinal caracterizado por la evacuación frecuente de heces líquidas o semilíquidas, que puede durar hasta 14 días. Es causada principalmente por infecciones virales, bacterianas o parasitarias, aunque también puede estar asociada a la ingesta de toxinas o alimentos contaminados. Las EDA son comunes, especialmente en niños pequeños, y pueden provocar deshidratación grave si no se manejan adecuadamente.



### CAUSAS

- Beber agua no potable o no segura.
- Guardar agua de manera inapropiada.
- Preparación, consumo y conservación inapropiada de los alimentos.
- Lactancia materna deficiente o suspendida de forma temprana en menores de un año.
- Falta de aseo personal o de la vivienda.
- Presencia de plagas como ratas e insectos.

### ¿Cuáles son los signos de alarma de una EDA?

- Más de 10 deposiciones en 24 horas.
- Empeora, no se ve bien, no despierta con facilidad.
- Vomita todo (vomita 4 veces en las últimas 4 horas).
- Aparece fiebre, que no tenía antes.
- Se le ven los ojos hundidos.
- No come ni bebe nada.
- Presenta sangre en las deposiciones.
- El niño no experimenta mejoría al tercer día.
- Presenta convulsiones o ataques.

### ¿Cómo cuida en casa a un niño(a) o adulto mayor con EDA?

- Brindar una mayor cantidad de líquidos a los que el niño acostumbra consumir.
- Continuar con la alimentación que está llevando
- Se recomienda el consumo de carbohidratos complejos como la papa, yuca, plátano, maíz, entre otros.



## Concejos a tener en cuenta



Generalmente en nuestras manos transportamos millones de microbios; aunque la mayoría pueden ser inofensivos, algunos de ellos pueden causar enfermedades como la diarrea. Por este motivo el lavado de manos con agua y jabón es una de las maneras más eficaces y económicas de prevenir la diarrea



Es importante promover el hábito de hervir el agua y usar agua segura para: lavar los alimentos, cocinar, preparar jugos, lavarse la cara, los dientes.



Aumentar cantidad de consumo de líquidos adecuados para prevenir la deshidratación

