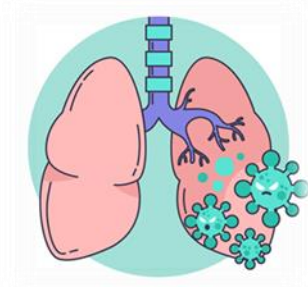


NEUMONÍA



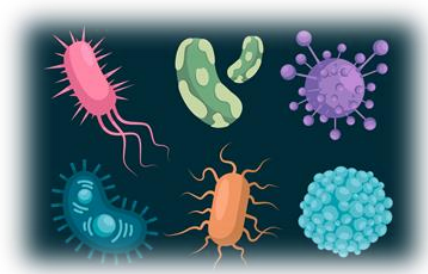
¿Qué es la neumonía?

La neumonía es una infección pulmonar que puede afectar a uno o ambos pulmones. A su vez puede ser leve, pero también puede volverse grave, especialmente en niños pequeños, personas mayores y quienes tienen enfermedades crónicas que afectan al sistema inmunitario. Es importante conocer sus síntomas, y cómo prevenirla, especialmente en épocas de frío o cuando hay brotes de virus respiratorios.

¿Qué la causa?

La neumonía puede ser causada por:

- Bacterias (como el neumococo),
- Virus (como el de la gripe o el COVID-19)
- Hongos, en casos más raros.



¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas más comunes incluyen:

- Fiebre alta o escalofríos
- Tos (a veces con flema)
- Dolor en el pecho al respirar o toser
- Dificultad para respirar
- Cansancio extremo

¿Quiénes corren más riesgo?

Las personas con mayor riesgo de desarrollar una neumonía grave son:

- Bebés y niños pequeños
- Adultos mayores (mayores de 65 años)
- Personas con enfermedades crónicas (diabetes, asma, EPOC)
- Personas con el sistema inmune débil (por VIH, cáncer, etc.)
- Fumadores

¿Cómo se diagnostica?

El diagnóstico es clínico y radiológico, pero en muchos casos también se requiere de análisis de sangre y en algunos casos, pruebas específicas para saber qué germen la está causando.

¿Cómo se trata?

El tratamiento depende de la causa.

Si es bacteriana, se usan antibióticos.

Si es viral, se tratan los síntomas y, en algunos casos, se usan antivirales.

También como medidas generales se recomienda reposo, buena hidratación y control médico.



Medidas preventivas

- ✓ Vacunación contra la gripe, COVID-19 y neumococo según antecedentes.
- ✓ Lavado frecuente de manos.
- ✓ No fumar
- ✓ Mantén una alimentación saludable
- ✓ Evitar el contacto con personas enfermas.
- ✓ Usa mascarilla si estás enfermo o en lugares con riesgo.

¿Cuándo consultar al médico?

Ante fiebre alta, tos fuerte, dificultad para respirar, dolor en el pecho que no mejora, o confusión o desorientación (en adultos mayores) se debe acudir al médico de inmediato. La neumonía puede empeorar rápidamente si no se trata a tiempo.



✓ Conclusión

La neumonía puede ser una enfermedad peligrosa si no se trata a tiempo, pero con prevención, vacunas y atención médica adecuada, se puede evitar o superar. Cuidar tu salud respiratoria es cuidar tu vida y la de quienes te rodean.



Departamento de Medicina
Preventiva y Laboral