

Infecciones Respiratorias

Influenza

La influenza es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por un virus. Los resultados graves de la infección por influenza pueden ser la hospitalización o la muerte.

- Fiebre (varía por personas) o escalofríos
- Tos y dolores de garganta
- Mucosidad nasal o nariz tapada
- Dolores musculares
- Dolor de cabeza
- Fatiga (cansancio)



Mycoplasma

La infección por micoplasma es causada por las bacterias micoplasma pneumoniae. Es una enfermedad común que puede provocar una infección respiratoria (tal como resfriado) o un tipo severo de neumonía, que se llama neumonía atípica.

- Tos seca
- Dolor de garganta
- Fiebre
- Dolor de cabeza
- Cansancio



Coronavirus

Los coronavirus son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, entre estos, bronquitis, neumonía o problemas cardio pulmonares que pudieran causar la muerte.

- Fiebre
- Tos
- Cansancio
- Pérdida del gusto y el olfato
- Dolor de garganta
- Dificultad para respirar
- Dolor muscular
- Goteo de nariz
- Dolor de cabeza
- Dolor de pecho
- Náuseas, vómitos y diarreas
- Conjuntivitis

¿Cuáles son los síntomas?

¿Cómo prevenirlos?

- Vacunándose.
- Evitando tocarse los ojos, nariz y boca con las manos sin lavar.
- Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable. Tírelo de inmediato al zafacón y lávese las manos.
- Evitando el contacto con personas enfermas.
- Quedándose en casa cuando está enfermo.
- Limpiando y desinfectando las superficies con regularidad.



- Evitando tocarse los ojos, nariz y boca con las manos sin lavar.
- Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable. Tírelo de inmediato al zafacón y lávese las manos.
- Evitando el contacto con personas enfermas.
- Quedándose en casa cuando está enfermo.
- Limpiando y desinfectando las superficies con regularidad.



- Vacunándose.
- Manteniéndose a 6 pies de distancia de las personas contagiadas con el virus.
- Usando mascarilla en espacios cerrados.
- Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable y tírelo de inmediato al zafacón.
- Lavándose las manos y utilizando alcohol o líquido antibacterial.
- Evitando tocarse los ojos, nariz y boca con las manos sin lavar.
- Manteniéndose aislado 7 días si está vacunado y 10 días si no ha recibido las vacunas.
- Limpiando y desinfectando las superficies con regularidad.

Preparado por Educadores en Salud licenciados.
Revisado en octubre de 2022. ©First Medical Health Plan, Inc.

Referencias:

<https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab>
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000082.htm>
<https://espanol.cdc.gov/flu/about/keyfacts.htm#:~:text=La%20influenza%20es%20una%20enfermedad.puede%20llevar%20a%20la%20muerte.>

Para recomendaciones, herramientas y recursos comuníquese con su médico primario o mediante las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica
1-844-347-7801
TTY/TDD 1-844-347-7804
APS Healthcare: 787-641-9133