



# Infecciones respiratorias agudas (IRA)

Última actualización: 2024-07-26

## Informaciones claves

### Transmisión: Por el aire o por gotitas (normalmente)

- Cuando las personas infectadas tosen, estornudan, se suenan la nariz o escupen, esparcen pequeñas partículas o gotitas por el aire, que luego son inhaladas por otras personas
- Contacto directo (por ejemplo, al besarse, compartir vasos o cubiertos) con saliva o mucosidad nasal infectadas

### Los más vulnerables a las consecuencias graves

- Niños menores de cinco años
- Adultos mayores
- Personas con sistemas inmunitarios debilitados u otros problemas respiratorios

### Los más vulnerables a contraer la enfermedad

- Poblaciones desplazadas y otras que viven en entornos superpoblados

### Síntomas

- Tos (puede expulsar mucosidad o flemas)
- Dificultad para respirar
- Fiebre (a veces)

# ¿Qué puedes hacer para prevenir y controlar una epidemia?

## Vigilancia de la comunidad e identificación de los enfermos

- Identificar a las personas con sospecha de IRA
- Identificar y aislar a los enfermos antes de que contagien a otros

## Tratamiento y control

- Derivar los casos graves (por ejemplo: fiebre alta, dificultad para respirar, respiraciones rápidas) a centros sanitarios.
- Gestionar y mejorar la situación nutricional, especialmente de los niños
  - Fomentar la lactancia materna exclusiva durante los seis primeros meses de vida y la lactancia materna complementaria hasta los dos años, y especialmente cuando los niños estén enfermos.
  - Comprobar el estado nutricional de los niños menores de cinco años (examen CMB), remitir los casos de sospecha de malnutrición a los servicios sanitarios y apoyar la programación nutricional.
- Proporcionar apoyo psicosocial a la persona enferma y a sus familiares.

## Albergues y espacios seguros

- Reducir el hacinamiento y mejorar la ventilación en los refugios, lugares de trabajo y escuelas si es posible

## Higiene de manos y respiratoria

- Promover una buena higiene de las manos (lavarse las manos con jabón)
- Promover la higiene respiratoria y el protocolo al toser (cubrirse la boca al toser o estornudar con la manga o un pañuelo de papel, lavarse las manos después de toser o estornudar, no escupir en el suelo o en público)
- Utilizar protección personal (por ejemplo, mascarilla)

## Movilización social y promoción de la salud

- Averiguar los consejos específicos que dan las autoridades sanitarias y otras autoridades pertinentes.
- Sirva de modelo para seguir estos consejos e informe a los miembros de la comunidad de los consejos actuales sobre prácticas sanitarias
- Ofrezca apoyo y ánimo para seguir los consejos.

- Intentar comprender si no se siguen los consejos sobre prácticas sanitarias y por qué.
- Con el asesoramiento de su supervisor y de las autoridades sanitarias, trabaje con las comunidades para superar las barreras que impiden seguir los consejos sanitarios y las prácticas recomendadas.
- Promover el distanciamiento social

## Cartografía y evaluación comunitaria

- Haz un mapa de la comunidad.
- Marque la siguiente información en el mapa:
  - ¿Cuántas personas han enfermado de infecciones respiratorias agudas? ¿Dónde?
  - ¿Cuántas personas han muerto? ¿Dónde? ¿Cuándo?
  - ¿Quiénes y dónde están las personas vulnerables?
  - ¿Dónde están los establecimientos y servicios de salud locales? (incluye curanderos tradicionales)
- Registre la siguiente información en el reverso del mapa:
  - ¿Cuándo empezaron las personas a enfermarse de infecciones respiratorias agudas?
  - ¿Cuántas personas viven en la comunidad afectada? ¿Cuántos son niños menores de cinco años?
  - ¿Qué tan común es que las personas vivan juntas en espacios abarrotados? ¿Hay ventilación y aire fresco en los hogares, escuelas y lugares de trabajo?
  - ¿Los niños se ven gravemente afectados por infecciones respiratorias agudas? ¿Existen otros grupos (edades específicas, ocupaciones, áreas geográficas, etc.) que se vean gravemente afectados?
  - ¿Cuáles son los hábitos, prácticas y creencias de la comunidad sobre el cuidado y la alimentación de las personas enfermas? Considere cualquier diferencia en los roles y responsabilidades entre mujeres y hombres.
    - Cuando los bebés y los niños pequeños están enfermos, ¿continúan las mujeres amamantándolos?
  - ¿Existe un programa de movilización social o de promoción de la salud?
  - ¿Qué fuentes usan o confían más las personas para obtener información?
    - ¿Existen rumores o desinformación sobre infecciones respiratorias agudas? ¿Cuáles son los rumores?