

La Infección Respiratoria Aguda (IRA)

Es una enfermedad que afecta las vías respiratorias superiores (**resfriado, faringitis, otitis**) o inferiores (**bronquiolitis, neumonía**). El principal modo de transmisión de las IRA es a través de **microgotas**, que se pasan de persona a persona al toser, hablar o estornudar.



La IRA es una de las principales causas de enfermedad y mortalidad a nivel mundial, especialmente en niños y niñas. **Tiene una alta facilidad de contagio, especialmente en:**



Niños y niñas menores de cinco años.



Personas mayores de 60 años.



Personas con alguna enfermedad crónica de base.

¿Sabías que uno de los principales signos de alarma en menores de 5 años es la respiración rápida?



Así puedes identificarla:

Para eso debes saber que la respiración tiene dos momentos:

- 1. Inspiración:** el tórax o la barriga se infla o se sube
- 2. Espiración:** el tórax o la barriga se desinfla o se baja

Cuenta la cantidad de veces que el tórax sube o se infla en 1 minuto completo (60 segundos)

El niño o niña respira rápido cuando tiene:



Más de 60 respiraciones en 1 minuto: en menor de 2 meses.



Más de 50 respiraciones en 1 minuto: de 2 meses a 11 meses.



Más de 40 respiraciones en 1 minuto: de 12 meses a 5 años.

¿Cuándo debo llevar a mi hijo o hija menor de 6 meses al servicio de urgencias?



Si respira más rápido de lo normal

Se le hunden las costillas al respirar

Presenta fiebre (38 °C o más) o hipotermia (35.5 °C)

Come menos de lo normal o vomita todo

Está irritable, no se consuela fácilmente

Alteración de la consciencia

¡Todo menor de 3 meses que inicie síntomas respiratorios debe ser evaluado por el personal de salud!

Consulta a los servicios de salud de forma inmediata si presentas:

Mal estado en general

Oximetría por debajo de 90%

Alteración de la consciencia

Dolor u opresión en el pecho

Fiebre de 3 días o más, o de difícil control

Pérdida del apetito, confusión o debilidad extrema

Dificultad respiratoria (sensación de ahogo, fatiga, respiración rápida)

¿Cuándo debes usar el tapabocas?



- 1.** Si tienes síntomas gripales para proteger a otros.
- 2.** Si presentas alguna enfermedad crónica, como hipertensión, diabetes, EPOC, asma, entre otras, y alguna persona de tu entorno presenta síntomas respiratorios.

Encuentra en tu droguería de confianza la Red de Puntos de escucha MAS Bienestar.