

INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA

IRA

¿Qué son las IRA?

Las Infecciones Respiratorias Agudas (IRA) constituyen un grupo de enfermedades que se producen en el aparato respiratorio, causadas por diferentes microorganismos como virus y bacterias, comienzan de forma repentina y duran menos de 2 semanas.

Las IRA hacen parte de la infección más frecuente en el mundo y representan un importante tema de salud pública en Colombia. La mayoría de estas infecciones, como el resfriado, son leves, pero dependiendo del estado general de la persona pueden complicarse y llegar a amenazar la vida, como en el caso de las neumonías.

En niños menores de 5 años, la causa de la infección en el 95% de los casos son los virus, siendo de buen pronóstico, sin embargo un pequeño porcentaje puede padecer complicaciones como otitis, sinusitis y neumonía.

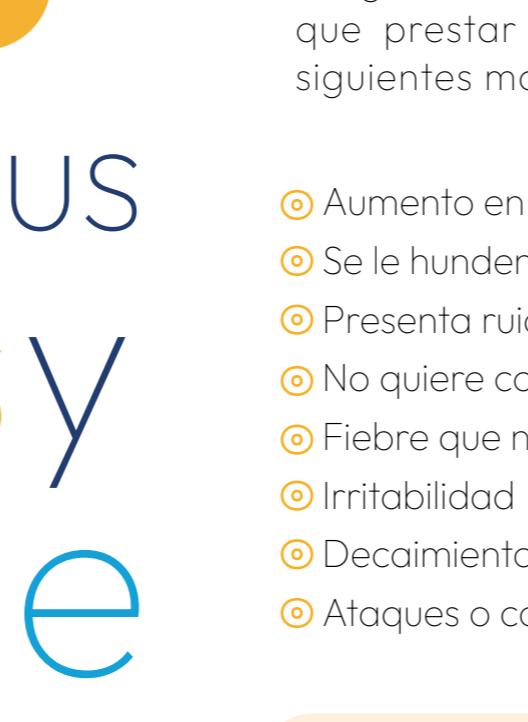
Los principales síntomas son: fiebre, malestar general, congestión y secreción nasal, también se pueden presentar síntomas como tos; dolor de garganta, expectoración y dificultad para respirar.

¿Qué causan las IRA?

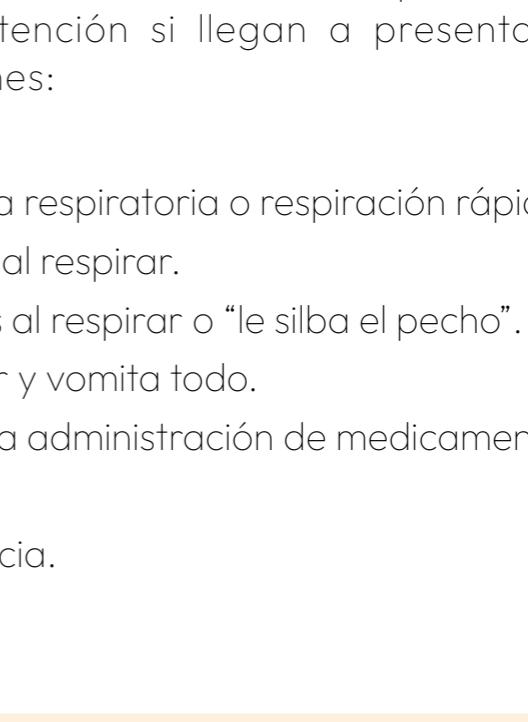
Las causas de las Infecciones Respiratorias Agudas son, por lo general, ocasionadas por virus como el rinovirus, influenza, y el coronavirus (incluyendo el SARS-CoV-2 que causa COVID-19), así como bacterias como *Streptococcus pneumoniae*. Los factores de riesgo incluyen exposición al humo del tabaco, sistema inmunitario debilitado, y contacto cercano con personas enfermas.



Contacto directo con enfermos



Humo del tabaco



Sistema inmunitario débil

Los niños y niñas menores de 5 años presentan mayor riesgo de adquirir una de estas infecciones, por eso hay que prestar especial atención si llegan a presentar las siguientes manifestaciones:

- Ⓐ Aumento en la frecuencia respiratoria o respiración rápida.
- Ⓐ Se le hunden las costillas al respirar.
- Ⓐ Presenta ruidos extraños al respirar o “le silba el pecho”.
- Ⓐ No quiere comer o beber y vomita todo.
- Ⓐ Fiebre que no cede con la administración de medicamentos.
- Ⓐ Irritabilidad
- Ⓐ Decaimiento y somnolencia.
- Ⓐ Ataques o convulsiones.

En adolescentes y adultos:

- Ⓐ Asfixia o dificultad para respirar.
- Ⓐ Dolor en el pecho al respirar o toser.
- Ⓐ Decaimiento o cansancio excesivo.
- Ⓐ Fiebre mayor de 38,5 grados centígrados, durante más de dos días.

Prevención de Infecciones Respiratorias Agudas

- Ⓐ Evite el contacto con personas con gripe. Los enfermos deben utilizar tapabocas y mantener las manos limpias con un correcto lavado de manos con agua y jabón.
- Ⓐ Si es un bebé menor de seis meses, suministre solamente leche materna en mayor cantidad, por lo menos 10 veces al día.
- Ⓐ Si el niño tiene seis meses o más, proporcione alimentos recién preparados, de alto contenido nutricional y energético (frutas, verduras y carnes).
- Ⓐ Evite contacto con fumadores.
- Ⓐ Para aliviar la tos y el dolor de garganta dé a su hijo bebidas aromáticas o té. Si es mayor de dos años suministrele miel.
- Ⓐ Mantenga las fosas nasales destapadas, en lo posible aplique con frecuencia suero fisiológico por ambas fosas nasales limpiando las secreciones.
- Ⓐ Cuando el niño se exponga a cambios bruscos de temperatura, protéjalo y cúbrale la nariz y la boca.

Algunas Recomendaciones

- Ⓐ Escoche a sus hijos a estornudar, bostezar: Ponga un pañuelo desechable sobre nariz y boca al toser o estornudar, bostezar: Póngase un pañuelo desechable sobre nariz y boca.
- Ⓐ No suministre medicamentos, antibióticos o jarabes para la tos a menos que sean formulados por el médico.

- Ⓐ Lávese las manos cuando tenga contacto con secreciones o enfermos con gripe.

- Ⓐ Ventile a diario la casa y habitación de los enfermos.

- Ⓐ Verifique que su esquema de vacunación (niños, niñas, escolares y adultos) esté completo para su edad.

- Ⓐ La hidratación es la clave para controlar la enfermedad y evitar así mayores complicaciones.

