



Unidad de Comunicación Social

Ciudad de México, lunes 28 de octubre de 2019

No. 456/2019

BOLETÍN DE PRENSA

Contra enfermedades respiratorias, IMSS recomienda fortalecer higiene, comer frutas, verduras y evitar cambios de temperatura

- En otoño-invierno estos padecimientos se incrementan, principalmente en niñas, niños y adultos mayores

Para prevenir las enfermedades respiratorias infecciosas que se incrementan con los cambios bruscos de temperatura y la presencia de lluvias en esta época del año, es indispensable fortalecer las medidas de higiene, evitar contacto con personas enfermas, consumir abundantes líquidos, frutas y verduras, no exponerse a la intemperie y atender las campañas de vacunación.

Así lo señaló la doctora Marcela Gaytán Morales, coordinadora de Programas Médicos de la División de Hospitales del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), quien dijo que en este periodo predominan las enfermedades de origen viral y bacteriano, por lo que ante la presencia de malestar se debe acudir a la Unidad Médica Familiar para obtener el tratamiento adecuado.

Señaló que las afecciones más comunes son: influenza, rinofaringitis, (que afecta nariz, y faringe); faringitis, bronquitis, bronqueolitis, neumonía, y los pacientes que padezcan enfermedades pulmonares crónicas como bronquitis crónica, enfisema pulmonar y asma, podrían agudizar sus episodios de la enfermedad.

Alertó que los grupos de población más vulnerables son quienes se encuentran en los extremos de la vida: niños y niñas, adultos mayores, mujeres embarazadas o quienes padecen alguna enfermedad crónica como diabetes.

La doctora del IMSS llamó a identificar de manera oportuna los síntomas para determinar si es una infección que requiere tratamiento antimicrobiano.



Unidad de Comunicación Social

Por ejemplo, si no hay fiebre, dolor y solamente se presenta un resfrío con moco transparente, es recomendable quedarse en casa, cuidarse, y tomar medicamentos que disminuyan las molestias, tratar de tener un ambiente húmedo con vaporizador y esperar en reposo la evolución favorable del malestar, explicó Gaytán Morales.

En cambio, dijo, si se presenta fiebre por arriba de los 38 grados, hay dolor en el pecho, la respiración se dificulta y hay silbilancias (chiflido al respirar), se debe acudir al médico para tener un diagnóstico oportuno e iniciar el tratamiento adecuado, pues de ninguna manera se debe recurrir a la automedicación, ya que podría complicar la enfermedad.

Detalló que en esta época, los cilios (pequeñas vellocidades) y las mucosas nasales respiratorias que conforman el sistema de defensa natural que tenemos en la nariz, disminuyen la movilidad, lo que favorece el paso de microorganismos que pueden penetrar más profundamente en el organismo.

Mencionó que otros factores externos, como la contaminación o la falta de ventilación en oficinas y casas facilita el contagio si se convive con personas infectadas.

Informó que al año el Seguro Social otorga alrededor de 5, 694, 604 consultas por enfermedades respiratorias, de las cuales 1, 903, 098 son niños y niñas de 0 a 9 años de edad y 1, 607, 899 son personas de 60 y más años.

--- oOo ---