Los síntomas de la neumonía son:

- Tos con mucosidad
- Fiebre con escalofríos
- Dolor de pecho
- Dificultad para respirar
- Otros síntomas pueden incluir dolor de cabeza, pérdida del apetito y cansancio extremo.

Algunos tipos de neumonía pueden prevenirse con una vacuna contra la neumonía. Por lo general la vacuna contra la neumonía se administra una vez y no todos los años como la vacuna contra la gripe. Otra forma de prevenir la neumonía es vacunarse todos los años. Si cree que tiene neumonía, consulte inmediatamente a su doctor.

PARA EVITAR LA BRONQUITIS; LA GRIPE Y LA NEUMONÍA...

- Lávese las manos con frecuencia
- Vacúnese
- Evite el contacto con personas con gripe
- No vaya al trabajo o a la escuela cuando esté enfermo para evitar transmitir las enfermedades
- Cubra su nariz y boca con un pañuelo cuando tosa o estornude
- Coma frutas y verduras y descanse bien
- Lave sus manos antes de tocar sus ojos, nariz y boca
- Mantenga su hogar libre de polvo

Para más información en Internet sobre bronquitis, gripe y neumonía, por favor visite:

www.lungusa.org

www.cdc.gov

www.kidshealth.org

• • •

La información para este folleto fue adaptada de los recursos y materiales de:

Centers for Disease Control

The American Lung Association

The Iowa Department of Public Health

San Antonio Community Hospital.

New York State Department of Health

The Nemours Foundation

Este folleto fue desarrollado con el financiamiento de la Oficina de Reasentamiento de Refugiados del Departamento de Salud y Servicios Humanos.

INFORMACIÓN DE CONTACTO:
riht@uscridc.org
U.S. Committee for Refugees and Immigrants (Comité para Refugiados e Inmigrantes de los EE.UU.)
1717 Massachusetts Ave., NW
Suite 200
Washington, DC 20036
Teléfono: 202 • 347 • 3507
Fax: 202 • 347 • 7177
www.refugees.org

Enfermedades respiratorias comunes

(Bronquitis, Gripe y Neumonía)

Common Respiratory Illnesses

(Bronchitis, Influenza and Pneumonia)

(Spanish)

U.S. COMMITTEE FOR REFUGEES AND IMMIGRANTS

USCRI

www.refugees.org

Protecting Refugees, Serving Immigrants, Upholding Freedom since 1911

¿POR QUÉ DEBERÍA PREOCUPARME POR LAS ENFERMEDADES RESPIRATORIAS?

En los Estados Unidos, las enfermedades respiratorias son comunes durante los meses fríos. Las enfermedades respiratorias pueden enfermarlo seriamente. Algunas enfermedades respiratorias pueden causar la muerte de niños o ancianos.

¿QUÉ ES LA BRONQUITIS?

La Bronquitis es cuando la mucosidad tapa los conductos hacia los pulmones y hace que la persona respire con dificultad.

Los síntomas de la Bronquitis son:

- Tos que produce mucosidad
- Dolor de cabeza
- Fiebre
- Dificultad para respirar
- Escalofríos

La "bronquitis aguda" ocurre generalmente con un resfrío grave u otra enfermedad respiratoria. La bronquitis aguda puede desaparecer luego de beber mucho líquido y hacer reposo. La bronquitis no se puede curar ni prevenir con una inyección. Existen medicamentos que pueden hacer que alguien con bronquitis se sienta mejor. La bronquitis que dura más de tres meses y más de 2 años se llama "bronquitis crónica". La bronquitis crónica se origina por fumar o trabajar en un área con polvo industrial. La mejor manera de tratar la bronquitis crónica es dejando de fumar y evitando la exposición al polvo industrial.

Si usted cree que tiene bronquitis consulte a su doctor sobre tratamiento y recomendaciones.

¿QUÉ ES LA GRIPE?

La gripe o "influenza" es causada por gérmenes que infectan la nariz, la garganta y los pulmones. Los síntomas de la gripe son:

- fiebre alta,
- dolor de cabeza,
- cansancio extremo,
- tos seca,
- dolor de garganta,
- nariz congestionada o que gotea,
- náusea, vómito o diarrea,
- dolores muscular y
- dolores corporales.

La gripe se transmite de persona a persona a través de la tos y el estornudo. Hay personas que pueden enfermarse gravemente de gripe e incluso morir. Estas personas incluyen:

- niños de meses hasta años,
- mujeres embarazadas,
- personas de 50 años y mayores,
- personas con VIH/SIDA, asma, o enfermedades pulmonares, renales o cardíacas.

La mejor forma de prevenir la gripe es vacunándose contra la gripe. La mayoría de los casos de gripe ocurren en diciembre y enero, por lo tanto, es mejor vacunarse en octubre o noviembre.

Los niños de seis meses o menos son muy pequeños para ser vacunados, por lo tanto, las madres y los familiares deben vacunarse para evitar la transmisión de gripe al bebé. Si usted cree que tiene gripe, consulte inmediatamente a su doctor.

¿QUÉ ES LA NEUMONÍA?

La neumonía es similar a la gripe, pero es una infección de los pulmones. La neumonía generalmente ocurre con la gripe. La neumonía puede causar la muerte de niños muy pequeños, ancianos, infectados por VIH/SIDA y personas muy enfermas.