

Infección Respiratoria Aguda (IRA)



GRAN TERRITORIO DE LOS PASTOS
**E.P.S. INDÍGENA
MALLAMAS**
El Autocuidado en salud Para Un Buen Vivir !

¿Cómo evitar que mi niño(a) o adulto mayor enfermen de IRA?



- ✓ Esquema de vacunación completo
- ✓ Esquema de vacunación completo
Lavado de manos con agua y jabón
- ✓ Evitar el contacto con personas que tengan gripa o tos.
- ✓ Cubrirse boca al estornudar o toser y usar tapabocas
- ✓ Evitar la presencia de humo y polvo
- ✓ Cubrir nariz y boca ante cambios de temperatura
- ✓ Lactancia materna exclusiva en los niños menores de 6 meses

Infección Respiratoria Aguda (IRA)



GRAN TERRITORIO DE LOS PASTOS
**E.P.S. INDÍGENA
MALLAMAS**
El Autocuidado en salud Para Un Buen Vivir !

¿Cómo cuido en casa a un niño(a) o adulto mayor con IRA?



No enviar al jardín, escuela o colegio cuando presente gripa



Lavado de manos con agua y jabón



Mantener al niño sentado 30 minutos después de cada comida.



No suministrar medicamentos sin orden médica



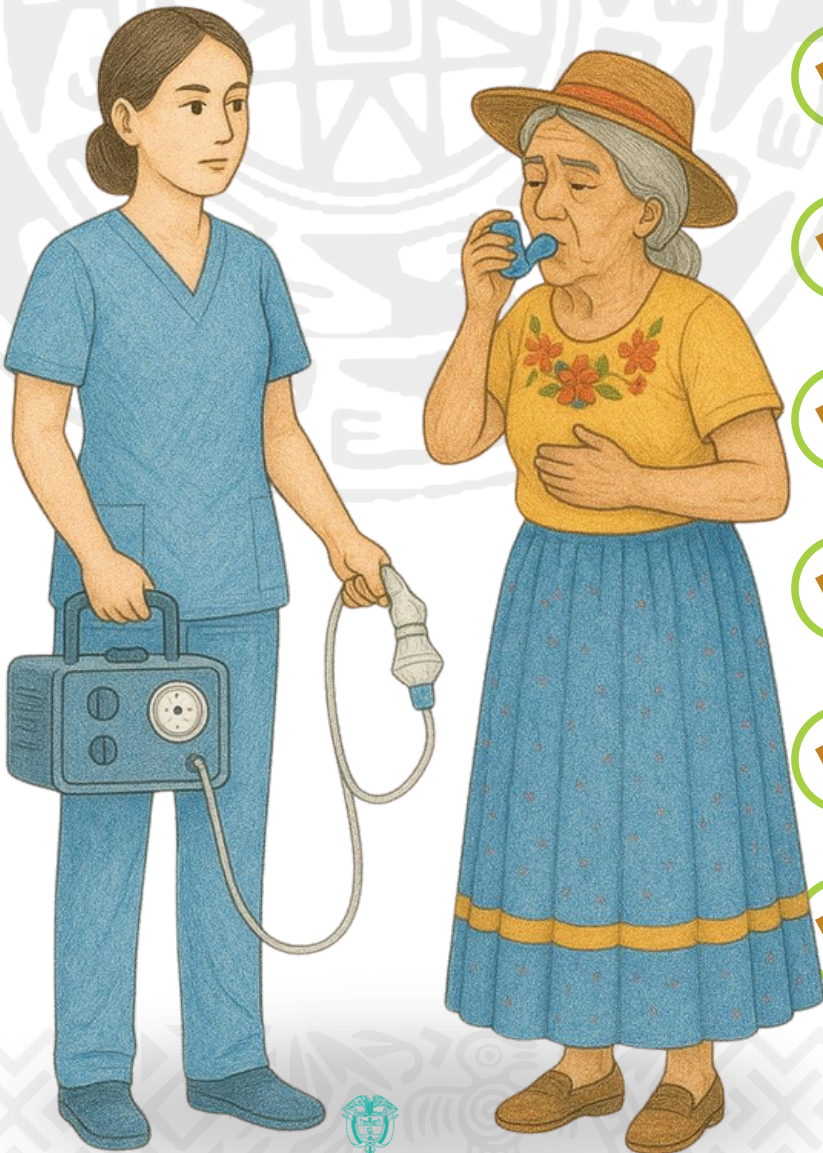
No suministrar medicamentos sin orden médica

Infección Respiratoria Aguda (IRA)



GRAN TERRITORIO DE LOS PASTOS
**E.P.S. INDÍGENA
MALLAMAS**
El Autocuidado en salud Para Un Buen Vivir !

¿Cuáles son los signos de alarma por los cuales debes consultar al médico?



- ✓ Respira más rápido de lo normal.
- ✓ Disminuye el apetito. No puede comer o beber nada o vomita.
- ✓ Le suena el pecho al respirar o se le hunden las costillas.
- ✓ Está decaído o no despierta con facilidad.
- ✓ Ataques o convulsiones.
- ✓ Labios o cara de color azulado.
- ✓ Fiebre mayor de 38,5°C.