

## Cerca de dos millones de servicios en salud por infección respiratoria aguda (IRA)

**País** – Durante el mes de agosto los cambios de clima, junto con las ráfagas de viento que se vienen presentado en gran parte del territorio nacional - la mayor intensidad se da en el centro oriente del país, reporta el IDEAM - vienen producido el segundo pico de atención respiratoria del año, donde los más afectados han sido los menores de cinco años y los adultos mayores, es decir, las personas que tienen 60 años o más.

De acuerdo con el Sistema de Vigilancia en Salud Pública (SIVIGILA) del Ministerio de Salud y Protección Social, durante el primer pico epidemiológico de las enfermedades respiratorias, el cual se presentó en los meses de febrero y marzo del presente año, se presentaron cerca de **1.592.288 consultas externas y hospitalizaciones por Infección respiratoria aguda (IRA)**. De mantenerse la tendencia, en este segundo pico se espera que las atenciones por enfermedad **alcancen los 2 millones de atenciones**.

Así las cosas, es importante saber cómo se puede prevenir la aparición de estas infecciones a pesar de las condiciones meteorológicas, más si dentro del hogar se encuentran menores de edad o adultos mayores. Por ejemplo, **con corte a junio del 2018**, NUEVA EPS aseguraba la salud de poco **más de un millón de personas pertenecientes a estos grupos etarios (137.736 niños menores de cinco años y 928.596 personas mayores de 60 años)**.

### Qué es la Infección respiratoria aguda (IRA)

De acuerdo con el área de Promoción y Prevención de NUEVA EPS, la IRA es un grupo de enfermedades infecciosas que afectan el sistema respiratorio, inflamando las vías aéreas. “Comienza de forma repentina y dura menos de dos semanas. Puede ser causada por virus y bacterias, y de no prestarle atención y atenderla correctamente, puede llevar a la muerte”, comento Adriana Suarez, epidemióloga del área.

La profesional comenta que dentro de los signos de alarma que evidencian la presencia de la infección están:

- Tos
- Malestar general
- Dolor de oído y garganta
- Fiebre

De igual manera, afirma que una de las complicaciones más comunes para la atención de las infecciones es la posible confusión que se puede presentar con otros trastornos comunes, como resfriado común, laringitis, bronquitis, entre otras.

Lo fundamental, comenta Suarez, es tener en cuenta las recomendaciones para evitar desarrollar la infección respiratoria

### **Cómo puedo evitar la IRA en mi familia:**

Dentro de las recomendaciones que tiene el área de Promoción y Prevención de NUEVA EPS, las más importantes son:

- En los menores de 6 meses lactancia materna exclusiva.
- Mayores de 6 meses y población general alimentación saludable.
- Aleja al niño del humo del cigarrillo.
- Mantén al día las vacunas de toda la familia.
- Evita el contacto con personas con tos o gripa.
- Protégelo de cambios bruscos de temperatura.
- Lleva al niño a control de crecimiento desarrollo a la IPS asignada.
- Lávate las manos con frecuencia.
- Si eres gestante debe asistir al control prenatal.
- Cuando barras o limpies el polvo, no lo hagas cerca de la niña o el niño
- Ventila tu casa todos los días
- No utilices cobijas o ropa que suelten motas
- Si eres joven o adulto asiste a chequeos médicos preventivos, pregunta por lo programas de Promoción y Prevención.
- Realiza actividad física.

## **Enfermedades en la garganta: no todas son amigdalitis y diferenciarlas es la clave para su tratamiento**

**País** – Ante cambios extremos de clima es común que se recientan las vías aéreas superiores que están ubicadas por sobre la entrada a la laringe, esto es, fosas nasales, faringe y garganta. Cuando se presenta dolor en esta zona se asocia con una afectación recurrente donde las amígdalas (masas de tejido cuya función básica consiste en ‘filtrar’ los

gérmenes nocivos que ingresan al cuerpo por la boca y la nariz) se inflaman generando enrojecimiento y dificultad para pasar los alimentos.

Sin embargo, la amigdalitis no es la única enfermedad que se puede presentar y diferenciarla de otras es un factor de éxito para el manejo médico. En este sentido, Ingrid Johana Hernandez, médico especialista de NUEVA EPS, confirma que son tres las dolencias más habituales.

- **Amigdalitis:** se da cuando las amígdalas se sobresaturan de material orgánico, inflamándose y generando dolor. Dentro de las líneas de tratamiento existe la posibilidad de removerlas, pero es un último recurso en caso de que otros tratamientos no den resultado.
- **Dolor de garganta:** la causa más frecuente de dolor de garganta es una infección viral. No se necesita ninguna medicina específica cuando el responsable es un virus, y la condición deberá mejorar en un período de siete a diez días. Con frecuencia el dolor de garganta causado por virus es producto del resfriado común
- **Faringitis:** es causada por un agente bacteriano (*streptococcus pyogenes*) y este factor hace la diferencia en el tratamiento pues requiere manejo con antibióticos. Dentro de los síntomas están: fiebre, inflamación de los ganglios del cuello y presencia de *pus* en las amígdalas.

De acuerdo con la profesional de la salud es “importante diagnosticar la patología porque el uso indiscriminado de antibióticos, que lastimosamente es una práctica común, trae consecuencias que restan posibilidades de tratamiento a futuro”. Explica Hernández que usar este tipo de medicamentos ante cualquier dolor o inflamación, sin consultar un médico, genera resistencia a sus componentes lo que resta efectividad.

“La clave es que entendamos que no cualquier dolor en la zona de la garganta se trata con antibióticos. Lo fundamental es diagnosticar el tipo de afección y de allí, con la guía del médico tratante, atacar la raíz del problema ya sea un virus o una bacteria o simplemente irritación. No hay que automedicarse”, concluyó la médica.