



Enero de 2023

## Boletín de Bienestar y Seguridad Identificación y Prevención de la Neumonía

Departamento de Servicios de Desarrollo de California

¿Este boletín es útil?



Haga clic aquí.

### Identificación y Prevención de la Neumonía

La neumonía es una infección de los pulmones. En personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo (IDD), muchas hospitalizaciones no planificadas están relacionadas con la neumonía. La mayoría de las personas que contraen neumonía se recuperan en unas pocas semanas, pero puede ser potencialmente mortal. Póngase en contacto con su médico si piensa que puede tener neumonía.

#### ¿Qué es la neumonía?

La neumonía es una infección de los pulmones. Los sacos aéreos de los pulmones se pueden llenar de líquido o pus. Esto puede producir tos, fiebre, escalofríos y dificultad para respirar. Es importante conocer los signos y síntomas de la neumonía para obtener la atención médica adecuada. Si cree que tiene neumonía, comuníquese con su médico lo antes posible.

Fuente: [CDC](#); [NHLBI](#)

**Es posible que tenga neumonía sin sentirse muy enfermo. La neumonía puede ser contagiosa e infectar a cualquier persona, en especial a los bebés, niños pequeños, adultos mayores y personas con otros problemas de salud.**

#### ¿Cuáles son los síntomas de la neumonía?

- Dolor en el pecho al respirar o toser
- Sensación de mucho cansancio o debilidad
- Fiebre, escalofríos y sudoración
- Expectoración con sangre o mucosidad verde
- Náuseas, vómitos o diarrea
- Falta de aliento o respiración agitada
- Ritmo cardíaco acelerado
- Pérdida de apetito, o
- Dolor en el cuerpo.



Fuente: [CDC](#); [NHLBI](#)

### Consejos para prevenir y tratar la neumonía

#### Prevención

- Consulte a su médico sobre cómo recibir el **refuerzo contra COVID-19 y las vacunas contra la neumonía y la gripe.**
- Evite a las personas enfermas y manténgase alejado de otras personas si usted está enfermo.
- Lávese las manos de forma regular con agua y jabón o use un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Limpie y desinfecte las superficies de contacto frecuente, como los picaportes, los interruptores de las luces y los controles remotos.
- No fume y limite el contacto con el humo de cigarrillos.
- Preste el debido cuidado a sus afecciones de salud actuales, como asma, cardiopatía, enfermedad periodontal y diabetes.
- Practique un cuidado adecuado de la boca y acuda al dentista con regularidad.
- Siéntese erguido al comer y tome bocados que pueda masticar y tragar con facilidad. Esto ayuda a evitar la inhalación accidental de líquidos o alimentos.
- Aquí hay un [enlace](#) a un video con información útil sobre la neumonía y la forma de evitarla.

#### Tratamiento

- Informe a alguien que se siente enfermo para que puedan ayudarlo.
- Si el médico le indica medicación, tómela y complete todo el tratamiento, incluso si se siente mejor antes de terminarla.
- Descanse lo suficiente. Tome líquidos. **Llame al 911 si presenta signos de dificultad.**

Fuente: [NHLBI](#) y Servicios clínicos del Departamento de Servicios de Desarrollo



El Departamento de Servicios de Desarrollo elabora los boletines de bienestar y seguridad para alertar a las personas, a sus familias y a otras personas acerca de los riesgos específicos identificados en nuestra comunidad. Por medio de esta encuesta, le solicitamos que nos dé su opinión sobre este boletín y sobre lo que podemos mejorar: [Encuesta del boletín](#)