



## Identificación y Prevención de la Neumonía

La neumonía es una infección común de los pulmones. Puede afectar a cualquiera y algunas personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo (IDD) tienen un mayor riesgo de contraer neumonía. Si no se trata, la neumonía puede ser mortal. Reconocer los signos y síntomas puede ayudar a prevenir complicaciones de salud, la internación y la muerte.

### ¿Qué es la neumonía?

La neumonía se produce cuando los sacos aéreos en uno o ambos pulmones se inflaman y se pueden llenar de líquido o pus. La neumonía puede producir una variedad de síntomas moderados a severos que pueden durar entre varias semanas y meses. Los síntomas varían en función de la edad, el estado de salud general y el tipo de germen que causó la infección.

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

### Síntomas comunes de la neumonía

La neumonía es una afección común, con síntomas parecidos a los de un resfrío o una gripe. Entender sus signos y síntomas tempranos puede ayudar a las personas a las que presta servicios a obtener el tratamiento médico adecuado.

Los signos y síntomas de la neumonía pueden incluir:

- Dolor en el pecho al respirar o toser
- Tos, que puede generar mucosidad verde o con rastros de sangre
- Fatiga
- Fiebre, sudoración y escalofríos
- Náuseas, vómitos o diarrea
- Falta de aliento o respiración agitada
- Dolor en el cuerpo
- Temperatura corporal más baja de lo normal (en adultos mayores de 65 años y personas con sistemas inmunitarios comprometidos), y
- Confusión o cambios en la agudeza mental (en adultos mayores de 65 años).

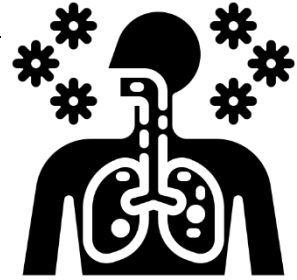
Fuente: [CDC](#); [NHLBI](#)



### Algunas causas de la neumonía

- Inhalar partículas de aire infectadas o bacterias de la nariz y la garganta hacia los pulmones
- Una infección de las vías respiratorias superiores, como un resfrío o la gripe
- Complicaciones de enfermedades como la varicela
- Inhalar alimentos, jugos gástricos o vómito hacia los pulmones (neumonía por aspiración)
- El uso de ventilación mecánica, si o cuando ingresan gérmenes a través del tubo y llegan a los pulmones (neumonía asociada a la ventilación mecánica), o
- Cuidado bucodental deficiente, bacterias orales o periodontales y falta de visitas regulares al dentista.

Fuente: [NHLBI](#)



### Estadísticas

- La neumonía es muy común y puede causar complicaciones de salud severas y potencialmente mortales.
- Se diagnosticó neumonía en el **64%** de los informes de incidentes especiales sobre internaciones no planificadas por afecciones relacionadas con enfermedades respiratorias en el año fiscal 2019/2020.
- Los adultos con IDD tienen mayor riesgo de infección y muerte por neumonía.

Fuente: Departamento de Servicios de Desarrollo, año fiscal 2019/20; [Syracuse University](#)

## ¿Quién está en riesgo?

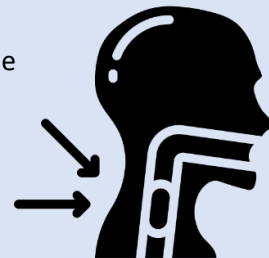
Aunque la neumonía puede afectar a cualquiera, las personas con mayor riesgo incluyen:

- Personas con afecciones médicas subyacentes, como diabetes o cardiopatías
- Personas con el sistema inmunitario comprometido o debilitado
- Adultos mayores de 65 años
- Niños menores de 2 años con signos y síntomas de enfermedad respiratoria
- Personas que fuman o que están expuestas al humo ambiental del tabaco
- Personas que viven en entornos comunitarios de alojamiento compartido, como viviendas grupales, o que visitan entornos hospitalarios o centros de salud con frecuencia
- Personas que tienen trabajadores o empleados que brindan asistencia a distintas personas
- Personas que usan ventilación mecánica
- Personas con disfagia, y
- Personas que presentan riesgo de aspiración.

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

La **aspiración** ocurre cuando se inhalan por accidente partículas (como alimentos, bebidas o líquidos corporales) hacia las vías respiratorias. Puede producir neumonía y afecta en mayor medida a las personas con IDD. Entre los factores que hacen que una persona sea más propensa a la aspiración se incluyen:

- Dificultad para tragar (disfagia)
- Debilidad o dificultad para controlar la cabeza o los músculos del cuello
- Limitaciones de movilidad que impiden sentarse derecho
- Deterioro de la percepción o la conciencia
- Reflujo gastroesofágico o GERD
- Ingesta de muchos alimentos a la vez o demasiado rápido
- Problemas dentales que impiden masticar de forma adecuada, o
- Vías aéreas pequeñas o lenguas grandes.



Fuente: [Mount Sinai](#); Departamento de Servicios de Desarrollo

## Prevención y acción en caso de neumonía

### Vacunación



- Hable con el médico para ver si califica para vacunarse.
- Existen vacunas disponibles que pueden prevenir ciertos tipos de neumonía y la gripe.
- Esto es especialmente importante para las personas en riesgo (no solo los adultos mayores de 65 años).

### Higiene y protección de la salud



- Evite a las personas enfermas y manténgase alejado de otras personas si usted está enfermo.
- Practique un cuidado e higiene adecuados de la boca y aliente a otros a hacer lo mismo.
- 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.
- No fume y limite el contacto con el humo de cigarrillos.
- Maneje y trate las afecciones de salud según las indicaciones del médico.

### Acción



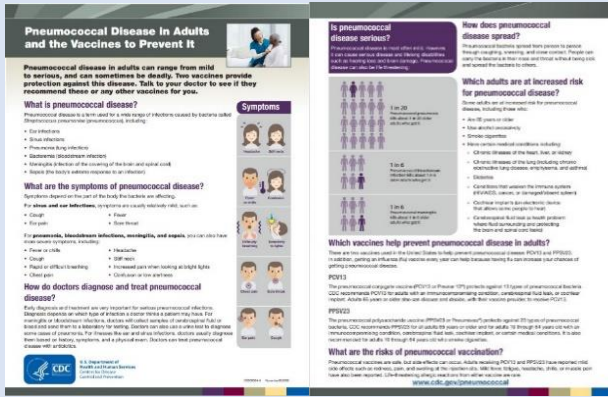
- Si las personas a las que ofrecemos servicios presentan dificultades para respirar, dolor en el pecho, fiebre persistente de **102° F (39° C)** o superior, o tos persistente, en especial expectoraciones con sangre o pus, llame al médico de inmediato. Es de especial importancia que las personas en los grupos de alto riesgo procuren obtener atención médica de inmediato.
- Llame al 911 si la persona presenta signos de dificultad.

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



El Departamento de Servicios de Desarrollo elabora los boletines de bienestar y seguridad para alertar a los prestadores de servicios directos, al personal de los centros regionales 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](#)

## Hoja informativa descargable



(Descargue la hoja informativa: [Enfermedad neumocócica en los adultos y la vacuna para prevenirla](#))

## Recursos adicionales

### Calendario de vacunación:

[Calendario recomendado de vacunación para niños y adolescentes para el año 2022 | CDC](#)

### Calendario de vacunación para adultos:

[Esquema de vacunación contra neumococo para adultos | CDC](#)

### Enfermedades respiratorias y neumonía:

[Todo sobre las enfermedades respiratorias y la neumonía | Estado de California](#)

### Neumonía:

[Neumonía | NHLBI, NIH](#)

# Recuerde aplicarse las vacunas de la gripe y la neumonía.



El Departamento de Servicios de Desarrollo elabora los boletines de bienestar y seguridad para alertar a los prestadores de servicios directos, al personal de los centros regionales 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](#)