

DETENGA LA PROPAGACIÓN



La prevención de las enfermedades respiratorias es similar. Para ayudar a prevenir infecciones:

MANTÉNGASE AL DÍA CON LAS VACUNAS CONTRA LA COVID-19 Y LA GRIPE.



QUÉDESE EN CASA SI SE SIENTE MAL.

CONSULTE A SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA SOBRE LAS PRUEBAS Y LAS OPCIONES DE TRATAMIENTO.



PRACTIQUE UNA CORRECTA HIGIENE DE LAS MANOS.

LÁVESE LAS MANOS CON FRECUENCIA CON AGUA Y JABÓN DURANTE AL MENOS 20 SEGUNDOS.



LIMPIE Y DESINFECTE CON FRECUENCIA LAS SUPERFICIES QUE MÁS SE TOCAN.

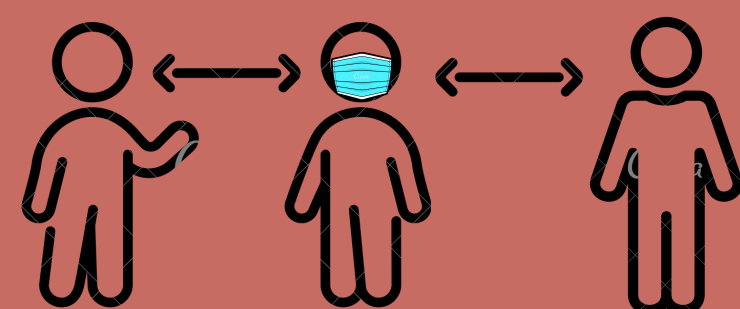


CÚBRASE LA NARIZ Y LA BOCA.

USE UN PAÑUELO DE PAPEL AL TOSER O ESTORNUDAR.



CONSIDERE LA POSIBILIDAD DE USAR UNA MASCARILLA BIEN AJUSTADA EN ESPACIOS CERRADOS CONCURRIDOS.



VIRUS RESPIRATORIO SINCITIAL (VRS)



¿QUÉ ES EL VRS?

El virus respiratorio sincitial o "VRS" es un virus respiratorio común que causa síntomas similares a los del resfrío.

SÍNTOMAS

Los síntomas del VRS aparecen entre 4 y 6 días después de la infección y, en la mayoría de los niños y adultos, se parecen a **los de un resfrío**, y los más comunes son los siguientes:



- Tos
- Secreción nasal
- Fiebre
- Pérdida del apetito
- Dolores corporales
- Cansancio
- Jadeo
- Estornudos



PROTÉJASE CONTRA EL VRS

- Hay medidas clave que todo el mundo puede tomar para ayudar a prevenir la propagación del VRS y otros virus respiratorios, entre las que se incluyen:
 - Cubrirse la boca al toser o estornudar con un pañuelo de papel o con la manga de la camisa, no con las manos.
 - Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
 - Evitar el contacto estrecho con otras personas, como besarse, darse la mano y compartir vasos y cubiertos.
 - Limpiar las superficies que se tocan con frecuencia, como los picaportes y los dispositivos móviles.
 - Limpiar diariamente los juguetes compartidos en el lavavajillas o con agua caliente y jabón para evitar cualquier toxicidad.

¿CUÁNDO HAY QUE LLAMAR AL MÉDICO?

- Afortunadamente, la mayoría de las personas se recuperan por sí solas de una infección por VRS; sin embargo, llame al médico de inmediato o **busque atención de urgencia si la persona presenta alguno de los siguientes síntomas**:
 - Fiebre alta y continua (101.3 °F [38.5 °C] o más).
 - Dificultad para respirar, como respiraciones cortas, rápidas y superficiales o retracciones, en las que el pecho se hunde y el vientre se expande con cada respiración.
 - Signos de deshidratación
 - Irritabilidad o inactividad inusuales
 - Negarse a tomar el pecho o el biberón.
 - Coloración azul alrededor de los labios y las yemas de los dedos.

Lo que debe saber:

VIRUS RESPIRATORIO SINCICIAL (VRS)

¿Qué es el VRS?

- El virus respiratorio sincicial o "VRS" es un virus respiratorio común que causa síntomas similares a los del resfrío.
- Si bien cualquiera puede contraer el VRS, es la causa más frecuente de infecciones respiratorias de vías inferiores, como bronquiolitis y neumonía, en niños menores de 1 año.
- Las personas suelen contagiar entre 3 y 8 días y pueden hacerlo uno o dos días antes de empezar a mostrar signos de enfermedad.

¿Cuáles son los síntomas del VRS?

La mayoría de las personas infectadas por el VRS presentan síntomas entre 4 y 6 días después de contraer la infección. Los síntomas en la mayoría de los niños y adultos **se asemejan a los de un resfrío** y suelen incluir:

- Tos
- Fiebre
- Dolores corporales
- Jadeo
- Secreción nasal
- Pérdida del apetito
- Cansancio
- Estornudos

¿Cuándo hay que llamar al médico?

Afortunadamente, la mayoría de las personas se recuperan por sí solas de una infección por VRS. Los síntomas del VRS suelen ser peores entre los días 3 y 5 de la enfermedad.

Llame al médico de inmediato o **busque atención de urgencia si usted o su hijo(a) presenta alguno de los siguientes síntomas:**

- Fiebre alta y continua (101.3 °F [38.5 °C] o más).
- Dificultad para respirar, como respiraciones cortas, rápidas y superficiales o retracciones, en las que el pecho se hunde y el vientre se expande con cada respiración.
- Signos de deshidratación
- Irritabilidad o inactividad inusuales
- Negarse a tomar el pecho o el biberón
- Coloración azul alrededor de los labios y las yemas de los dedos.

¿Cómo se previene el VRS?

Hay medidas clave que todo el mundo puede tomar para ayudar a **prevenir la propagación del VRS y otros virus respiratorios**, entre las que se incluyen:

- Cubrirse la boca al toser o estornudar con un pañuelo de papel o con la manga de la camisa, no con las manos.
- Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Evitar el contacto estrecho con otras personas, como besarse, darse la mano y compartir vasos y cubiertos.
- Limpiar las superficies que se tocan con frecuencia, como los picaportes y los dispositivos móviles.
- Limpiar diariamente los juguetes compartidos en el lavavajillas o con agua caliente y jabón para evitar cualquier toxicidad.

¿Cuándo se puede volver al trabajo o a la escuela?

Los adultos y niños diagnosticados con VRS deben permanecer en casa hasta al menos **24 horas después de que desaparezca la fiebre sin utilizar medicación**. Sin embargo, si en las guarderías o en otras instalaciones se está produciendo un brote de enfermedades respiratorias, es posible que pidan a los usuarios que permanezcan en casa más tiempo (más de 5 días desde el inicio de la enfermedad).

Si tiene más preguntas, inquietudes u necesita orientación, llame a la Oficina de Enfermedades Infecciosas del BPHC al 617-534-5611.