

Montevideo, 15 de junio de 2023

Atento a la alta circulación de virus que provocan infecciones respiratorias, propias de esta época, el Ministerio de Salud Pública en conjunto con la Sociedad Uruguaya de Pediatría plantea algunas acciones concretas que pueden evitar su mayor circulación y cuadros graves en personas de mayor riesgo.

Recomendaciones para prevenir infecciones respiratorias:

- Evitar exponerse a personas enfermas o con síntomas respiratorios
- Mantenerse el menor tiempo posible en sitios con mala ventilación y gran afluencia de personas
- Ventilar regularmente espacios cerrados
- Lavar las manos con agua y jabón antes y después de comer, de atender un enfermo, de cambiar pañales, luego de tocar objetos (ejemplo: teléfonos, celulares, computadoras, carro de supermercado) o después de viajar en autobús, volver de la calle, toser o estornudar.
- Al toser o estornudar cubrir nariz y boca con la parte superior del brazo o el codo; con las manos únicamente si tiene pañuelo desechable.
- Usar mascarilla si se está con síntomas respiratorios o se encuentra con personas que los tengan.
- No concurrir a sus actividades habituales (escuela, trabajo) si presenta síntomas respiratorios y siga las recomendaciones médicas respecto a los cuidados necesarios. En caso de que sea imperioso interactuar con otras personas, usar mascarilla.
- Mantener las vacunas al día.

- Seguir las recomendaciones vigentes respecto a la vacunación contra la gripe y la covid-19
- Evitar enviar niños que se encuentran con síntomas respiratorios o con fiebre a centros educativos, maternos, deportivos. Esto permite disminuir la circulación de los virus y evitar que otros niños se contagien.
- Ante la presencia de síntomas respiratorios realizar la consulta con su prestador y no acudir a las actividades habituales (escuela, trabajo) siguiendo las recomendaciones médicas en lo que respecta al cuidado y el tiempo de recuperación en el hogar.

Signos y síntomas para una consulta oportuna

- Dificultad para respirar
- Respiración más rápida y frecuente de lo normal
- Ruidos al respirar
- Mal aspecto general que no mejora
- Cambios de coloración en la piel (palidez, color morado o aspecto marmóreo)
- Rechazo de alimentos: no quiere alimentarse o vomita todo
- Fiebre alta, en especial con chuchos o sensación de mucho frío
- Síntomas respiratorios en el lactante menor de 3 meses
- Retracción costal (se hundén las costillas o sobre el esternón)
- Confusión, desorientación o decaimiento importante (no despierta con facilidad, no juega)