

Refuerzan medidas para prevenir infecciones respiratorias en Baja California Sur

Posted on 3 de diciembre de 2024 by Diario Humano



Abrigo, higiene y vacunación son claves para proteger la salud ante el incremento de infecciones respiratorias en esta temporada.

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. Abrigarse durante los momentos del día en que se presenta un mayor descenso de temperaturas, así como realizar un lavado frecuente de manos con agua y jabón, son algunas de las medidas que las personas deben fortalecer para reducir riesgos por infecciones respiratorias agudas durante este periodo en el que suele incrementar su incidencia, señaló la secretaria de Salud, Ana Luisa Guluarte Castro.

La servidora pública recordó que evitar los cambios bruscos de temperatura y el uso recomendado de cubrebocas cuando se presentan síntomas respiratorios, son otras de las recomendaciones que reitera la comunidad médica a la población para disminuir las posibilidades de infección.

De igual manera enfatizó el llamado para los sudcalifornianos que se encuentran entre los grupos de riesgo, como son personas de 60 años y más, embarazadas, así como la población con comorbilidades, acudan a recibir las vacunas de la campaña invernal, a fin de que refuercen sus defensas contra virus como influenza o covid, que pueden desarrollar cuadros más severos en personas que tienen un sistema inmunitario debilitado, agregó Guluarte Castro.

En este sentido recordó que la vacuna contra la influenza también está indicada para niñas y niños de seis meses a cinco años de edad, por lo que convocó a madres y padres de familia, así como tutores, para que acudan con los pequeños a las unidades de salud más cercanas a sus domicilios, de tal manera que reciban estos y otros biológicos del esquema básico que, además de ser gratuitos y seguros, refuerzan su respuesta inmunológica contra diversos patógenos, detalló.

Es aconsejable además que se implemente la higiene respiratoria (que consiste en cubrir boca y nariz con un pañuelo desechable o con el antebrazo al momento de toser o estornudar), para evitar la expulsión de gotas posiblemente contaminadas con los virus, añadió Ana Luisa Guluarte al puntualizar la importancia de no automedicarse y de acudir a consulta a su unidad médica de derechohabencia, que para el caso de personas sin seguridad social es el centro de salud más cercano.