

Cuidémonos

de las

ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

Prevención de las enfermedades respiratorias



Las Enfermedades Respiratorias Agudas (IRAs) se presentan en su inmensa mayoría como infecciones, por eso en la actualidad se refieren a ella como infecciones respiratorias agudas (IRAs). Las IRAs son un grupo de enfermedades causadas por diversos agentes que afectan cualquier porción de las vías respiratorias, se describen de acuerdo con el lugar donde predominan los síntomas.

Las IRAs constituyen en Cuba un importante problema de salud, tanto por su morbilidad como mortalidad, ya que sólo la influenza y la neumonía se comportan entre las primeras causas de muerte en el país, aun cuando están garantizadas a toda la población la atención médica con el módulo de atención primaria de salud, así como la prevención a través de vacunas contra el sarampión, difteria,

tos ferina, tuberculosis, etc., que contribuyen a disminuir las complicaciones respiratorias asociadas a estas enfermedades, el uso de medicamentos y los consiguientes trastornos en la familia desde el punto de vista económico, social y psicológico. La mortalidad por influenza y neumonía en Cuba se ha mantenido entre las 10 primeras causas de muerte. Solo una prevención con un abordaje de curso de vida puede brindar la respuesta necesaria. La promoción de la salud fortalece y refuerza los vínculos del policlínico con la comunidad, promueve el cuidado de la salud y eleva la cultura general de la población.

Con el fin de formar o modificar los estilos de vida y prevenir la aparición de infecciones respiratorias agudas, se debe realizar

una labor educativa mediante actividades que eduquen al individuo en la responsabilidad de su propia salud.

Las acciones de promoción y prevención propuestas para el control de las IRAs desde los servicios de salud y con extensión al hogar y la comunidad pueden contribuir a una reducción de la mortalidad por esa causa en Cuba.

Fuente: [Rev Hum Med](#)

El ser humano debe ser capaz de preservar la salud a partir de sus conocimientos y de la participación responsable en actividades de carácter social, comunicativo y educativo. A cada individuo le corresponde encontrar la armonía en interacción dinámica con el medio donde se desarrolla, por lo que el acceso a la educación y a la información es esencial para el logro de una vida plena y saludable.

Tomar medidas para prevenir la propagación de virus respiratorios cuando está enfermo es una estrategia de prevención fundamental para reducir el riesgo de contraer virus respiratorios.

Las principales estrategias de prevención son medidas importantes que puede tomar para protegerse y proteger a los demás de los virus respiratorios.

Recomendación

Quédese en casa y manténgase alejado de los demás si tiene síntomas de un virus respiratorio.



Puede retomar sus actividades habituales cuando, durante al menos 24 horas, se cumplan estas dos condiciones:

- ⇒ que sus síntomas mejoren en general, y
- ⇒ que no haya tenido fiebre (sin necesidad de tomar medicamentos que reducen la fiebre).

Cuando regrese a sus actividades normales, tome otras precauciones durante los siguientes 5 días, como medidas adicionales para mejorar la calidad del aire,, mantener la higiene, usar mascarillas, mantener distancia físicay hacerse pruebas

Esto es fundamental para proteger a las personas con factores que aumentan su riesgo de enfermarse gravemente a causa de virus respiratorios.

- Recuerde que posiblemente aún pueda transmitir el virus que lo enfermó, incluso si se siente mejor. Es probable que sea menos contagioso en este momento.

- A**guilar-Gamboa FR, Suclupe-Campos DO. Utilidad y uso masivo de mascarillas frente a virus respiratorios: a propósito de la COVID-19. *Revista Archivo Médico de Camagüey* [Internet]. 2021 [citado 10 dic 2024]; 25(6). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552021000600015&nrm=iso.
- Á**vila Roque I, López Ávila F, Rodríguez Betancourt A, Martínez García Y, Sáez Larrondo W, Alonso Boffil M. Relación entre la calidad del aire, las enfermedades respiratorias agudas y la ventilación en espacios laborales [Internet]. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2023 [citado 10 dic 2024]. Disponible en: http://bvs.sld.cu/libros/apuntes_salud_ocupacional_covid19/apuntes_salud_covid19_cap17.pdf.
- B**inns E, Tuckerman J, Licciardi PV, Wurzel D. Respiratory syncytial virus, recurrent wheeze and asthma: A narrative review of pathophysiology, prevention and future directions. *Journal of paediatrics and child health* [Internet]. 2022 Oct [citado 10 dic 2024]; 58(10):[1741-6 pp.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36073299/>.
- B**uchaca Faxas EF, Chao Pereira C. Enfermedades respiratorias [Internet]. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2024 [citado 10 dic 2024]. Disponible en: http://bvs.sld.cu/libros/protocolizacion_asistencia_medica/protocolizacion_asistencia_medica_tomo1_cap3.pdf.
- B**ustinzuriaga Marto I, Díaz Pita G, Santaya Labrador JM. Homeoprolaxis en tiempos de coronavirus. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río* [Internet]. 2021 [cited 2024 10 dic]; 25(1). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942021000100021&nrm=iso.
- C**alcagni N, Venier AG, Nasso R, Boudin G, Jarrige B, Parneix P, et al. Respiratory infection prevention: perceptions, barriers and facilitators after SARS-CoV-2. *Infection, disease & health* [Internet]. 2023 Feb [citado 10 dic 2024]; 28(1):[54-63 pp.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36123289/>.
- L**i S, Sun XC, Wu ZF, Hu L, Wang JJ, Yin M, et al. Nasal irrigation for the prevention and treatment of upper respiratory tract infection by SARS-CoV-2: a narrative review. *Journal of infection in developing countries* [Internet]. Sep 30 2024 [citado 10 dic 2024]; 18(9.1):[S81-s91 pp.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39499751/>.
- M**acLeod M, Papi A, Contoli M, Beghé B, Celli BR, Wedzicha JA, et al. Chronic obstructive pulmonary disease exacerbation fundamentals: Diagnosis, treatment, prevention and disease impact. *Respirology (Carlton, Vic)* [Internet]. 2021 Jun [citado 10 dic 2024]; 26(6):[532-51 pp.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33893708/>.
- N**aranjo-Hernández Y, Echemendía-Marrero M, Rodríguez-Cordero CR, Pérez-Prado L. Un recorrido por la historia del lavado de las manos. *Archivo Médico Camagüey* [Internet]. 2020 [citado 10 dic 2025]; 24(5). Disponible en: <https://revistaamc.sld.cu/index.php/amc/article/view/6957>.
- N**asiri MJ, Danaei B, Deravi N, Chirani AS, Bonjar AHS, Khoshgoftar Z, et al. Impact of educational interventions on the prevention of influenza: A systematic review. *Frontiers in public health* [Internet]. 2022 [cited 2025 10 ene]; 10: [978456 p.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36203669/>.

Sautto GA, Ross TM. Respiratory viruses: Preventive and therapeutic approaches to diverse pathogens. Cleveland Clinic journal of medicine [Internet]. 2024 Sep 4 [citado 10 dic 2024]; 91 (9 suppl 1):[S4-s10 pp.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39231607/>.

Sautto GA, Ross TM. Respiratory viruses: Preventive and therapeutic approaches to diverse pathogens. Cleveland Clinic journal of medicine [Internet]. 2024 Sep 4 [citado 10 dic 2024]; 91 (9 suppl 1):[S4-s10 pp.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39231607/>.

Tenenbaum T, Liese J, Welte T, Rademacher J. Respiratory Syncytial Virus-Associated Respiratory Diseases in Children and Adults. Deutsches Arzteblatt international [Internet]. 2024 May 3 [citado 10 dic 2024]; 121(9):[303-12 pp.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38652840/>.

DESCRIPTORES

DeCS. Enfermedades Respiratorias

Prevention & control

MeSH. Respiratory Tract Diseases

prevención & control

Límites:

Fecha de publicación: 2021-2024

Idiomas: Español/Ingles/Portugués

Publicaciones académicas (arbitradas)

Texto completo: PDF/Html

BASES DE DATOS Y SITIOS CONSULTADOS



Elaborado por

Grupo Gestión de Información en Salud

Centro Provincial Información de Ciencias Médicas

Camagüey, 2024.

<http://www.cmw.sld.cu/pagina/2023/01/12/boletin-bibliografico>