

# ¿Cómo prevenir enfermedades respiratorias este invierno? Servicio de Salud Maule entrega recomendaciones para cuidar a las familias

Con la llegada de las bajas temperaturas y el aumento de la circulación de virus respiratorios, el Servicio de Salud Maule reforzó el llamado al autocuidado y la prevención, especialmente al interior de los hogares, donde las infecciones respiratorias pueden propagarse con mayor facilidad durante el invierno.

La autoridad sanitaria destacó la importancia de adoptar medidas simples y mantener la vacu-

nación al día, considerando que niños pequeños, personas mayores, embarazadas y usuarios con enfermedades crónicas continúan siendo los grupos más vulnerables frente a enfermedades respiratorias.

## CAMPAÑA DE INVIERNO Y FORTALECIMIENTO DE LA RED ASISTENCIAL

La enfermera gestora de los programas de salud respiratoria y tuberculosis del Servicio de Salud Maule, Nicole López, expli-

có que la Campaña de Invierno contempla distintas estrategias preventivas y el fortalecimiento de la atención en la red asistencial.

“Desde la Campaña de Invierno, el Servicio de Salud no solo entrega recomendaciones a la población, sino que también refuerza distintas acciones para que la red pueda funcionar adecuadamente, especialmente en la atención directa a nuestros usuarios”, señaló.

La profesional agregó que actualmente la red cuenta con dispositivos específicos para la atención respiratoria según la edad de los usuarios.

“La sala IRA tiene que ver con las infecciones respiratorias agudas, es decir, aquellas patologías que se atienden en usuarios desde los 0 hasta los 19 años. Por otro lado, la sala respiratoria ERA está orientada a la atención de personas desde los 20 años en ade-

lante”, indicó.

## 7 RECOMENDACIONES PARA PREVENIR ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

Desde el Servicio de Salud Maule entregaron una serie de medidas preventivas para disminuir el riesgo de contagio durante este invierno:

- Mantener la vacunación al día según el calendario correspondiente.
- Ventilar los espacios del hogar al menos dos o tres ve-

ces al día por 15 minutos.

- Utilizar mascarilla si alguna persona presenta síntomas respiratorios.

- Realizar higiene frecuente de manos.

- Cubrir boca y nariz con el antebrazo al toser o estornudar.

- Limpiar superficies de manera constante.

- Evitar el humo dentro del hogar, especialmente por calefacción a leña o consumo de tabaco.