

Ibagué, 29 de noviembre de 2024

Comunicado de prensa 2595

Aprenda cómo cuidarse y prevenir las enfermedades respiratorias en temporada de lluvias

La fisioterapeuta Graciela Guzmán explica los síntomas y brinda recomendaciones.

La ciudad está atravesando por una temporada de lluvias, la cual puede afectar la salud si no se toman las precauciones necesarias para contrarrestar las enfermedades respiratorias que pueden volverse muy graves. La doctora Graciela Guzmán, fisioterapeuta de la USI, explica cuáles son y cómo cuidarse de ellas.

“Puede ser un resfriado común, gripa, bronquiolitis, bronconeumonía, laringitis, faringitis, amigdalitis, otitis, entre otras”, indicó la profesional de la salud.

Aunque son diferentes enfermedades, presentan algunos síntomas en común, como la congestión nasal, fiebre, tos, malestar general, dolor de cabeza y respiración rápida. Asimismo, existen signos de alarma para tener en cuenta, los cuales indican que se debe acudir al servicio de urgencias de inmediato.

“Fiebre mayor a 38.5°C que no baja con medicamentos, se le hundan las costillas, respira rápido o le silba el pecho”, explica Graciela Guzmán. Para evitar esas complicaciones en salud, se debe mantener un lavado frecuente de manos, abrigarse bien, usar tapabocas, evitar cambios bruscos de temperatura, tener el esquema de vacunación al día, buena higiene del hogar, entre otras.



Alcaldía de
IBAGUÉ

Nit. 800113389-7



Del mismo modo, existen otros factores del día a día que pueden causar enfermedades respiratorias como el polvo, el humo de cigarrillo, de fogón de leña, la contaminación ambiental, olores fuertes y los pelos de los animales.