

SIGNOS DE ALARMA

PARA CONSULTAR DE INMEDIATO
A UN SERVICIO DE URGENCIAS

**EN PERSONA CON INFECCIÓN
RESPIRATORIA AGUDA**

ADULTO MAYOR

- Asfixia o dificultad para respirar.
- Dolor en el pecho al respirar o toser.
 - Decaimiento excesivo.
 - Fiebre alta y/o de difícil manejo.
- Expectoración con pintas de sangre.

RECOMENDACIONES DE CUIDADO EN CASA

- Mantenga una alimentación balanceada.
- **No se automedique**, no consuma jarabes para la tos, antigripales, ni antibióticos.
- Lávese las manos con frecuencia o utilice gel antibacterial.
 - Cúbrase nariz y boca al estornudar con un pañuelo desechable o con el brazo.
 - Use tapabocas.
- Vacúnese contra la influenza una vez al año.
 - Evite cambios bruscos de temperatura.
 - Evite el contacto con personas enfermas.
- Mantenga el entorno limpio, ventilado y sin humo.

