

# Aumento de infecciones respiratorias: cómo prevenir, cuándo ir a la guardia y qué tratamiento hacer

23 noviembre, 2022



**La doctora Barbara Lavanderos del Hospital La Heras, brindó sugerencias importantes para cuidar la salud y saber qué hacer ante los síntomas.**

Aunque el frío ya se fue y llegó el calor, las enfermedades respiratorias no han cesado. Se ha notado un importante aumento de personas resfriadas, engripadas y con otras afecciones que han provocado en muchos casos, importantes demoras en las guardias de los hospitales.

Aun así, [\*\*la directora de Epidemiología, Andrea Falaschi,\*\*](#)

**señaló que no hay que alarmarse ante la proliferación de casos relacionados con enfermedades respiratorias, ya que muchas veces corresponden a cambios en la circulación de los virus estacionales.**

Asimismo, la infectóloga sostuvo que “la gripe (producida por el virus de influenza) ha circulado siempre y produce brotes epidémicos. **Durante los años pandémicos tuvimos silencio epidemiológico**, seguramente debido a que el COVID desplazó a los demás virus y ocupó ese nicho epidemiológico. Por otro lado, se hizo mucho hincapié en la vacunación contra COVID y las otras vacunas del calendario, como es el caso de la vacuna antigripal para grupos de riesgo, que tuvieron una adhesión menor. Entonces, **entre la menor circulación de los virus estacionales, sumado a la pérdida de inmunidad a estos virus y a que la inmunidad por vacunas no fue buena por escasa cobertura, ahora detectamos estas enfermedades”**.

Por su parte, la doctora Bárbara Lavanderos del Hospital General Las Heras en Tupungato, dialogó con [REDACTED] y dijo cuáles son **algunas medidas para evitar la gripe**: “Evitar el contacto cercano con personas enfermas, cubrirse la boca al toser o estornudar, arrojar el pañuelo de papel a la basura luego de usarlo, lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón. Hay que evitar tocarse los ojos, la nariz, y la boca con las manos. Se debe limpiar y desinfectar las superficies y los objetos que puedan estar contaminados por el virus, y no hay que olvidar de ventilar los ambientes”.

Seguidamente, destacó que los síntomas son: malestar general, dolor muscular, tos, cansancio, dolor de garganta, fiebre mayor a 38 grados, entre otros.

Además, la doctora Lavanderos **recomendó solamente ir a la guardia del hospital en caso de sentir dolor precordial, es decir, en el pecho, o tener dificultad para respirar.**

Mientras tanto, la profesional sugiere **tomar paracetamol cada**

**8 horas o un antigripal como Qura Plus, refrianex, o predual cada ocho horas mientras se tenga un malestar.**

Finalmente, Bárbara Lavanderos comentó que “este período de malestar de gripe va a durar de 7 a 10 días, con fiebre y cansancio. Estos síntomas pueden prolongarse. La recuperación dependerá del sistema inmunológico de cada uno. Por eso, se recomienda aislarse en el domicilio y evitar el mayor contagio posible ya que el Covid todavía existe. Incluso, hay muchos síndromes gripales y la gripe A. Por lo tanto pedimos seguir las recomendaciones para cuidar la salud”.