

---

## Neumonía Se Puede Prevenir-Vacunarse Puede Ayudar

---

**Neumonía es una infección de los pulmones, usualmente causada por una bacteria o virus. En el mundo, neumonía causa más muertes que cualquier otra enfermedad infecciosa. Sin embargo, con frecuencia se puede prevenir con vacunas y regularmente se trata con antibióticos.**

### Que es neumonía?

Neumonía es una infección en los pulmones que causa una enfermedad que puede ser leve o severa en personas de todas las edades. Ciertas personas son más probables de enfermarse con neumonía, estas incluyen mayores de 65 años y menores de 5 años de edad. Neumonía es responsable por más muertes en niños menores de 5 años que cualquier otra enfermedad. Pero en realidad todas las personas que tienen alguna condición médica crónica, (diabetes, HIV o asma) personas que fuman tienen el riesgo de contraer neumonía. Los síntomas de neumonía son: tos, fiebre, cansancio, náusea, vómito, taquicardia o falta de respiración, escalofríos o dolor en el pecho.

### Causas de neumonía

Cuando una bacteria o virus que se encuentra en el ambiente se propaga a los pulmones, se puede desarrollar neumonía u otra infección. Usted puede contagiarse de la bacteria o virus de personas que están infectadas así ellos se sientan enfermos o no.

### Tipos de neumonía

En los Estados Unidos, la bacteria más común que causa la neumonía es neumococos y el virus más común que causa la neumonía es la influenza o gripe.

### Reduzca el riesgo

La neumonía se puede prevenir con vacunas. Siguiendo prácticas de buena higiene pueden ayudar a prevenir infecciones respiratorias. Estas incluyen lavarse las manos constantemente, limpiar superficies que estén frecuentemente en contacto con las manos (como manillas de las puertas, y mesones), y toser o estornudar sobre un pañuelo o su antebrazo. Usted también puede reducir el riesgo de contraer neumonía evitando exposición al humo del cigarrillo y controlando su enfermedad crónica o previniéndola si es posible, con una vida saludable.

Anímese y anime a sus amigos y familiares que tienen condiciones médicas, como diabetes y asma, a vacunarse contra la neumonía y la gripe. Recuerde que vacunándose no solo se protege usted mismo, también protege a los que están alrededor suyo y que son más vulnerables a desarrollar neumonía como complicación de la gripe. Pregúntele a su médico si es aconsejable tener ambas vacunas, de la gripe y de la neumonía. Tome los pasos necesarios para reducir esos riesgos y protéjase usted y a su familia.

Para más información llame al Ana Coppola en el Departamento de Salud del Condado de Polk al 323-5227 o visite [www.polkcountyiowa.gov/health](http://www.polkcountyiowa.gov/health)

10/27/14