Distrito de salud de Chelan-Douglas

200 Valley Mall Parkway, East Wenatchee, WA 98802

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA	Boletín Informativo 2022-35	21 de noviembre de 2022

Reducir el riesgo de enfermedades respiratorias durante las festividades de Acción de Gracias

East Wenatchee, WA: Mientras nos acercamos al día festivo de Acción de Gracias, el Distrito de salud de Chelan-Douglas (CDHD, en inglés) recomienda a todas las familias que se mantengan seguras durante las reuniones de este año.

El Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, en inglés) declaró que el país experimenta actualmente un rebrote en la circulación de los virus respiratorios (no de COVID-19), entre los que se incluyen la influenza (gripe) y el virus sincicial respiratorio (RSV, en inglés).

En los condados de Chelan-Douglas se han atendido 132 casos de RSV en emergencias, atención primaria, urgencias y/o instalaciones de especialidad médica en lo que va del año, tal y como se le reporto al programa de Red rápida de información de salud (RHINO, en inglés) que esta con el Departamento de salud del estado de Washington. Debido a la variedad de enfermedades respiratorias en circulación y a los crecientes niveles de contagio, presentamos las enfermedades respiratorias más frecuentes de las que debe cuidarse este invierno:

Influenza (gripe): Es más contagiosa mientras se manifiestan síntomas, sobre todo la fiebre. La gripe es más grave en niños, adultos mayores de 65 años y en mujeres embarazadas que no hayan recibido la vacuna anual contra la gripe. Entre los síntomas se incluyen fiebre, fatiga, dolor corporal, tos, secreción o congestión nasal, dolor de garganta y malestar estomacal.

Virus sincicial respiratorio (RSV): Es más contagioso mientras se manifiestan síntomas y 8 días después de que aparecen. El RSV es más grave en bebés y niños con sistemas inmunológicos debilitados, y en adultos mayores de 65 años. Entre los síntomas se incluyen fiebre, secreción o congestión nasal, tos, fatiga, pérdida del apetito y el desarrollo de una infección pulmonar que incluye dificultad para respirar y jadeo.

COVID-19: Afecta a todas las edades y, en particular, a las personas no vacunadas, adultos mayores de 50 años y cualquier persona con problemas de salud subyacentes. Entre los síntomas se incluyen fiebre, tos, secreción o congestión nasal, dolor de garganta, fatiga, dificultad para respirar, diarrea y dolor de cabeza/corporal.

Resfriado común: Es más contagioso mientras se manifiestan los síntomas y afecta en gran medida a personas inmunocomprometidas o que tienen problemas de salud subyacentes. Entre los síntomas se incluyen dolor de garganta, tos, secreción o congestión nasal, estornudos y una fiebre leve.

El CDHD recomienda las siguientes medidas preventivas para ayudar a reducir el riesgo de contagio de estas enfermedades respiratorias:

- No es tarde para vacunarse contra la gripe y está recomendado a partir de los 6 meses de edad (comuníquese con su proveedor de atención primaria o visite: www.vaccines.gov/find-vaccines para encontrar un centro de vacunación contra la gripe cercas de usted)
- Manténgase al día con las vacunas y refuerzos contra el COVID-19 (visite www.cdhd.wa.gov para conocer las próximas clínicas de vacunación contra el COVID-19 en el Town Toyota Center de Wenatchee)
- Evite lugares concurridos si está enfermo
- Utilice un cubrebocas en lugares públicos
- Lávese las manos con frecuencia y desinfecte las superficies y áreas comunes
- Evite tocarse los ojos, la boca y la nariz
- Evite el contacto cercano como besos, apretones de manos y compartir vasos o utensilios con otras personas
- Busque atención médica si experimenta síntomas severos

Para tener más actualizaciones de salud pública visite www.cdhd.wa.gov y síganos en Facebook, Twitter e Instagram.

###