



INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA (IRA)

- La Infección Respiratoria Aguda (IRA) es una enfermedad del aparato respiratorio que se origina por diferentes microorganismos como virus y bacterias.
- La mayoría de estas enfermedades, como la gripa y el resfriado común, son leves pero dependiendo del estado general de la persona pueden complicarse y convertirse en una amenaza para la vida, como en el caso de la neumonía.



Síntomas Leves:

- Fiebre alta que puede oscilar entre los 38 y 40 grados.
- Intenso dolor muscular.
- Dolor de Cabeza.
- Escalofrío.
- Sensación de debilidad.
- Tos seca persistente en algunos casos.
- Congestión nasal.
- Dolor de garganta.

Síntomas Graves:

- Dificultad respiratoria.
- Dolor o presión en el pecho.
- Mareos repentinos o confusión.
- Piel o labios azulados.
- Debilidad extrema.
- Fiebre que no cede a los medicamentos.



Diciembre 2025



RECOMENDACIONES GENERALES

- Mantener una higiene adecuada de manos mediante lavado frecuente o uso de gel antibacterial.
- Ante la presencia de síntomas use tapabocas en espacios cerrados o concurridos.
- Cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar.
- Evitar el contacto cercano con personas infectadas.
- Mantenerse hidratado y alimentarse sanamente
- Ventilar los espacios cerrados con frecuencia
- Priorizar la vacunación contra la influenza, especialmente en personas de riesgo
- Ante la presencia de algún síntoma grave, avise al comandante de su unidad para recibir atención médica inmediata en el ESM.



¡RECUERDE NO AUTOMEDICARSE Y CONSULTAR A UN PROFESIONAL DE SALUD !