



# **DÍA MUNDIAL CONTRA LA NEUMONÍA**

**12 de noviembre**

La neumonía es una infección de los pulmones y puede causar enfermedades leves o graves en personas de todas las edades. Algunas personas (con factores de riesgo) corren un mayor riesgo de contraer neumonía.





## Factores de riesgo de neumonía



- > Existen muchos gérmenes diferentes (bacterias, virus y hongos) que pueden causar neumonía. El riesgo de neumonía puede ser diferente para cada causa.



- > En el caso de los adultos, los mayores de 65 años tienen un mayor riesgo. El riesgo sigue aumentando a medida que aumenta la edad: una persona de 80 años tiene un riesgo mayor que un adulto de 65 años.



- > En el caso de los niños, los menores de 5 años tienen un mayor riesgo. El riesgo aumenta en los niños a edades más tempranas: un niño de 1 año tiene un mayor riesgo que un niño de 4 años.



- > Las personas que padecen enfermedades crónicas (persistentes) tienen mayor riesgo de padecer neumonía. Entre ellas, se incluyen las siguientes: Enfermedad cardíaca crónica, Enfermedad hepática crónica, Enfermedad pulmonar crónica.



- > Las personas con un sistema inmunológico debilitado (Ejemplo: En la Diabetes Mellitus Tipo II) corren un mayor riesgo de contraer neumonía. Existen muchas enfermedades y medicamentos que pueden debilitar el sistema inmunológico.



- > Estar cerca de personas enfermas. Beber alcohol en exceso. Fumar cigarrillos.



- > El otoño y el invierno son épocas en las que los gérmenes que causan enfermedades respiratorias, sin embargo, las personas pueden contraer neumonía en cualquier momento del año.



# Medidas de prevención

**01** **Vacunas contra las infecciones bacterianas**, si se encontrasen disponibles, contra: H. Influenzae, Tosferina, Enfermedad neumocócica.

**02** **Vacunas contra infecciones virales**, contra COVID-19, Influenza, Sarampión, Virus Sincitial respiratorio.

**03** **Si usted está enfermo**, manténgase alejado de los demás lo más posible para evitar contagiarlas.

**04** **Lavarse las manos regularmente**, limpiar y desinfectar las superficies que se tocan mucho. Cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable, o la parte interior del codo o la manga al toser o estornudar. Limitar el contacto con el humo de cigarrillo o dejar de fumar.



[prevencion.mapfre.com.pe](http://prevencion.mapfre.com.pe)



[portal.mapfre.com.pe](http://portal.mapfre.com.pe)



APP MAPFRE

Lima      Celular      Provincia  
213-3333    \*3001    0801-1-1133



999 919 133

[mapfre.com.pe](http://mapfre.com.pe)