

# Enfermedades respiratorias virales (ERV): ¿cómo prevenirlas?



## ¿Qué son las ERV?

Las enfermedades provocadas por virus que afectan el sistema respiratorio comparten síntomas, factores de riesgo y estrategias de prevención similares.



Conoce cuáles son las infecciones respiratorias más comunes causadas por virus y cómo prevenirlas en esta temporada:

	Gripe (Influenza)	Coronavirus	Virus Sincitial Respiratorio (VSR)
¿Qué la causa?	La gripe o influenza es una infección respiratoria causada por el virus del mismo nombre, transmitido de persona a persona.	Los coronavirus son una familia de virus que causan enfermedades respiratorias, desde leves hasta graves, como el resfriado común y, en algunos casos, neumonía.	Es un virus común que provoca síntomas leves similares a los del resfriado en adultos y niños, pero puede causar infecciones graves en los pulmones y vías respiratorias en bebés y niños pequeños.
Forma de contagio	De persona infectada a otra persona a través de pequeñas gotas en el aire al toser, estornudar o hablar.	A través de gotículas en el aire de una persona infectada al toser, estornudar o hablar.	A través de pequeñas gotas en el aire al toser, estornudar o sonarse la nariz.
Síntomas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fiebre y escalofríos</li> <li>• Tos</li> <li>• Dolor de garganta</li> <li>• Secreción o congestión nasal</li> <li>• Dolores musculares o del cuerpo</li> <li>• Dolor de cabeza y fatiga (cansancio)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fiebre y escalofríos</li> <li>• Tos</li> <li>• Dolor de garganta</li> <li>• Secreción o congestión nasal</li> <li>• Dolores musculares o del cuerpo</li> <li>• Dolor de cabeza y fatiga (cansancio)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Secreción nasal</li> <li>• Tos</li> <li>• Estornudos</li> <li>• Fiebre</li> <li>• Sibilancias (ruidos en los pulmones)</li> </ul>
Recomendaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vacunarse anualmente</li> <li>• Mantener una buena higiene de manos</li> <li>• Evitar el contacto cercano con personas enfermas</li> <li>• Descansar y tomar líquidos en abundancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar cubrebocas en espacios cerrados y concurridos</li> <li>• Practicar el lavado frecuente de manos</li> <li>• Evitar tocarse la cara</li> <li>• Mantener distancia en lugares públicos y evitar el contacto con personas infectadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavarse las manos frecuentemente</li> <li>• Evitar el contacto cercano con personas enfermas</li> <li>• Limpiar y desinfectar superficies comunes</li> <li>• Mantener a los bebés y niños pequeños alejados de personas enfermas</li> </ul>
Detección	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba rápida para detección de antígenos</li> <li>• PCR</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba rápida para detección de antígenos</li> <li>• PCR</li> <li>• Prueba de anticuerpos en suero</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba rápida para detección de antígenos RSV</li> <li>• Radiografía de tórax</li> </ul>

Recuerda acudir con tu médico para valoración y, si es necesario, realizar una prueba de detección de antígeno viral.

**También, protégete a ti y a tus seres queridos, ¡vacúnate!**

**BIBLIOGRAFÍA**

- Department of Health and Human Services  
<https://medlineplus.gov/spanish/covid19coronavirusdisease2019.html>
- <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/respiratory-syncytial-virus/diagnosis-treatment/drc-20353104>
- <https://medlineplus.gov/spanish/flu.html>

