

- Fiebre
- Diarrea
- Fatiga
- Dolores musculares
- Tos

### ¿Cuándo consultar al médico?

- Te mordió un animal
- Tienes problemas para respirar
- Tienes tos desde hace más de una semana
- Tienes dolor de cabeza intenso con fiebre
- Tienes una erupción cutánea o hinchazón
- Tienes fiebre prolongada y sin causa aparente
- Tienes problemas de visión repentinos

- **Bacterias:** estos organismos unicelulares causan enfermedades como la amigdalitis, estreptococo, las infecciones de las vías urinarias y la tuberculosis

- **Virus:** Los virus son aún más pequeños que las bacterias, pero pueden causar numerosas enfermedades: desde resfriado común hasta SIDA

- **Hongos:** muchas enfermedades de la piel, como la tiña y el pie de atleta, se producen a causa de los hongos. Hay otros tipos de hongos que pueden infectar los pulmones o el sistema nervioso

- **Parasitos:** la malaria se produce a causa de un parásito diminuto que se transmite a través de la picadura de mosquitos. Existen otros parásitos que se pueden transmitir a los seres humanos a través de las heces de los animales.

### contacto directo!

una manera sencilla de contraer la mayoría de las enfermedades infecciosas es entrar en contacto con una persona o animal infectado

## "Los problemas de origen infeccioso y el proceso de atención de enfermería"

Las enfermedades infecciosas son trastornos provocados por organismos, como bacterias, virus, hongos o parásitos. Muchos organismos viven en nuestros cuerpos, por lo general, son inofensivos e incluso útiles, pero algunos organismos pueden provocar enfermedades bajo determinadas circunstancias.

Algunas enfermedades infecciosas se pueden transmitir de una persona a otra. Algunas se transmiten mediante mordidas o picaduras de insectos y animales, otras se desarrollan por ingerir agua o alimentos contaminados o por exponerse a organismos del entorno.

Los signos y síntomas varían según el organismo que provoca la infección, pero suelen incluir fiebre y fatiga.

Las infecciones leves pueden responder al descanso y los remedios caseros, pero algunas infecciones potencialmente mortales pueden requerir hospitalización. Muchas enfermedades infecciosas, como el sarampión y la viruela, se pueden evitar mediante vacunas.

Lavarte las manos de forma minuciosa y con frecuencia también ayuda a protegerte frente a la mayoría de las enfermedades infecciosas.

### Síntomas

Cada enfermedad infecciosa tiene sus signos y síntomas y síntomas específicos.

de grifo.

Al tocar un picaporte que toca alguien que por ejemplo, padecía influenza o resfriado puedes llevar contigo los germenos que dejó esa persona. Si te tocas los ojos, la boca o la nariz antes de lavarte las manos es posible que te infectes.

### - Picadura de insectos

Algunos germenos dependen de insectos portadores como mosquitos, pulgas, piojos o garrapatas para pasar de un huésped a otro.

Estos portadores se llaman "vectores". Los mosquitos pueden transportar el parásito del paludismo o el virus del Nilo Occidental, y las garrapatas del venado transportan la bacteria que causa la enfermedad de Lyme.

### - contaminación de alimentos

Otra manera de que los germenos causantes de enfermedades te pueden infectar es a través de alimentos o agua contaminados.

Este mecanismo de transmisión permite a los germenos infectar a muchas personas por medio de una sola

enfermedades  
directa de bacterias, virus u otros germen  
una persona a otra.  
esto sucede cuando un portador de la bacteria o el  
virus toca o besa a una persona que no esta  
infectada, o tose o estornuda sobre ella.  
Estos germen tambien se transmiten en las  
relaciones sexuales, mediante el intercambio de  
fluidos corporales. es posible que las personas  
que contagia el germen no presente sintomas  
de la enfermedad, sino que sea solo un portador.  
de animal a persona

mordedura o el rasguño de un animal infectado.  
incluso una mosca - te puede enfermar y, en casos  
extremos, puede resultar mortal.  
tambien manipular desechos animales puede  
arrastrar peligros, por ejemplo, puedes infectarte  
toxoplasmosis por limpiar la caja de arena  
de tu gato.

de madre al feto  
es posible que una mujer embarazada contagie

para comprobar la cocción.  
En el caso de las carnes molidas, la temperatura debe ser al menos  $160^{\circ}\text{F}$  ( $71^{\circ}\text{C}$ ) y en el caso del pollo,  $165^{\circ}\text{F}$  ( $74^{\circ}\text{C}$ ) y en el caso de las demás carnes  $155^{\circ}\text{F}$  ( $63^{\circ}\text{C}$ ).

Asimismo, refrigera las sobras de inmediato: no debes que las comidas preparadas permanezcan a temperatura ambiente durante periodos prolongados.

En relaciones sexuales seguras, siempre debes utilizar preservativos si tu o tu pareja tienen antecedentes de infecciones de transmisión sexual o comportamientos de alto riesgo.

Evita compartir efectos personales: usa tu propio cepillo de dientes, peine y afeitadora. Evita compartir vasos y utensilios.

Salida de forma segura, si saldras del país consulta con tu médico sobre las vacunas especiales.

Podrías necesitar, por ejemplo, para la fiebre amarilla, el cólera, fiebre tifoidea y hepatitis A o B.

## Intervenciones

### Promoción a la salud

- informar a las personas de que manera pueden infectarse
- lesiones o contacto con la piel
- inhalación de gérmenes aéreos
- ingesta de agua o alimentos contaminados
- picaduras de mosquitos o garrapatas
- contacto sexual
- toma estas medidas para reducir el riesgo de infección para ti y otras personas
- lavate las manos. Esto es especialmente importante antes y después de preparar comidas antes de comer y luego de usar el baño e intenta no tocarte los ojos, nariz o boca con las manos, ya que esta es una manera común de que los gérmenes ingresen al cuerpo
- vacunate: La inmunización puede reducir considerablemente las posibilidades de contraer muchas enfermedades.
- asegurate de tener al día tus vacunas

Algunos tipos de infecciones se vinculan con el mayor riesgo de cáncer a largo plazo:

- El virus del Papiloma humano se vincula con el cáncer de cuello uterino
- La bacteria *Helicobacter pylori* se vincula con el cáncer de estómago y las úlceras pépticas
- La hepatitis B y la hepatitis C se vinculan con el cáncer de hígado
- Neumonía constituye una amenaza importante para la salud de los adultos mayores / grupo etario que va en aumento, lo cual se correlaciona con mayor incidencia, mortalidad y costos de esta patología
- Infecciones del tracto urinario las ITU son las infecciones más frecuentes de los adultos mayores; equivalen a 25% de las infecciones adquiridas en la comunidad y a 25-30% en pacientes institucionalizados
- Las infecciones intraabdominales en personas