
Tratamiento de la neumonía

La neumonía es una infección que se presenta en uno o en ambos pulmones.

- La neumonía es causada por un virus, un hongo o una bacteria. El tratamiento depende de la causa.
- La neumonía puede ser muy grave, especialmente en los bebés, los niños pequeños y los adultos mayores. También en personas con otros problemas de salud crónicos o que tienen un sistema inmunitario debilitado.
- A veces, se trata en el hogar y, otras veces, en el hospital.

Medicamentos antibióticos

Es posible que se necesiten antibióticos contra la neumonía causada por bacterias. Estos pueden administrarse de forma oral (píldoras), en inyecciones o por vía intravenosa, es decir, en una vena. Si va a tomar pastillas en su casa, haga lo siguiente:

- Surta su receta y comience a tomar su medicamento lo antes posible.
- Es posible que comience a sentirse mejor en uno o dos días. Pero no deje de tomar el antibiótico. Tome los medicamentos tal como le indicó el proveedor de atención médica. Si deja de tomarlo demasiado pronto, la neumonía puede regresar. O la bacteria puede volverse resistente al tratamiento en el futuro.
- Use un pastillero o programe una alarma para acordarse de tomar el medicamento.
- Avise a su proveedor de atención médica si presenta efectos secundarios.
- Tome su medicamento exactamente como se indica en la etiqueta. Hable con su proveedor o su farmacéutico si tiene alguna pregunta.

Medicamentos antivirales

Es posible que se receten o administren antivirales para la neumonía causada por un virus. Por ejemplo, es posible que se recete un medicamento antiviral para la neumonía causada por el virus de la gripe. Los antibióticos no sirven contra los virus. Si usted está tomando medicamentos antivirales en su casa, haga lo siguiente:

- Surta su receta y comience a tomar su medicamento lo antes posible.
- Hable con su proveedor o farmacéutico sobre los posibles efectos secundarios. Avise a su proveedor de atención médica si presenta efectos secundarios.
- Tome el medicamento exactamente como le indicaron. Hable con su proveedor o su farmacéutico si tiene alguna pregunta.
- Use un pastillero o programe una alarma para acordarse de tomar el medicamento.

Para aliviar los síntomas

Hay muchos medicamentos que pueden ayudar a aliviar los síntomas de la neumonía. Algunos requieren receta y otros son de venta libre.

El proveedor de atención médica puede recomendarle lo siguiente:

- Paracetamol o ibuprofeno para bajar la fiebre y aliviar el dolor de cabeza u otros dolores
- Jarabe para la tos para aflojar el moco o para reducir la tos

Consulte con el proveedor de atención médica o un farmacéutico antes de tomar cualquier medicamento de venta libre, como medicamentos para la tos y el resfriado. Algunos medicamentos de venta libre no deben usarse si tiene ciertas afecciones médicas. Nunca le dé aspirina a un menor de 19 años. Puede causar una enfermedad grave llamada síndrome de Reye.

Tratamientos especiales

Si lo hospitalizan debido a la neumonía, es posible que reciba otros tratamientos, como los siguientes:

- Medicamentos inhalados para ayudarlo a respirar y a aliviar el pecho congestionado
- Oxígeno suplementario para aumentar los niveles bajos de oxígeno o una máquina, como un ventilador, para ayudar a respirar si la neumonía es grave
- Líquidos intravenosos o medicamentos



Beba líquidos y coma alimentos saludables

Debe mantenerse sano para ayudar al cuerpo a combatir la infección. Beber abundante cantidad de líquido ayuda a reemplazar el líquido que se pierde a causa de la fiebre y a aflojar la mucosidad que tiene en el pecho.

- **Dieta.** Elija alimentos saludables. Esto incluye frutas y verduras, carnes magras y otras fuentes de proteína, granos 100 % integrales y productos lácteos sin grasa o con contenido bajo de grasa.
- **Líquidos.** Beba al menos de 6 a 8 vasos grandes al día. Lo mejor es optar por agua y jugos con 100 % de frutas o verduras.

Descanse y duerma mucho

Es probable que se sienta más cansado de lo habitual por un tiempo. Por lo tanto, es importante que duerma lo suficiente a la noche. También es importante descansar durante el día. Hable con su proveedor de atención médica si la tos u otros síntomas están interfiriendo con su sueño.

Prevenga la propagación de microbios

La mejor medida que puede tomar para evitar propagar microbios es lavarse las manos con frecuencia. Es recomendable que haga lo siguiente:

- Frótese las manos con jabón y agua limpia durante 20 segundos como mínimo.
- Lávese entre los dedos, el dorso de las manos y alrededor de las uñas.
- Séquese las manos con una toalla individual o use toallas de papel.

Además, es recomendable que haga lo siguiente:

- Tener al alcance un limpiador de manos a base de alcohol con al menos un 60 % de alcohol. Y usarlo cuando no disponga de agua y jabón.
- Asegurarse de limpiar también las superficies que toca. Usar un producto que mate todos los tipos de microbios.
- Mantenerse alejado de otras personas hasta que se sienta mejor.
- Cubrirse la nariz y la boca al toser o estornudar. Lavarse las manos después de hacerlo.

Vacúnese

Las vacunas ayudan a prevenir la neumonía en el futuro. Consulte con el proveedor de atención médica qué vacunas son las adecuadas para usted y cuándo debe recibirlas. Estas pueden incluir las vacunas antineumocócica, antigripal y contra la COVID-19.

Cuándo llamar al proveedor de atención médica

Llame a su proveedor de atención médica si tiene cualquiera de los siguientes síntomas:

- Síntomas que empeoran o que no se alivian
- Aparición de síntomas nuevos
- La fiebre continúa
- Falta de aliento cuando realiza actividades diarias normales
- Presenta efectos secundarios de sus medicamentos
- El moco aumenta o es más oscuro
- La tos empeora

Cuándo llamar al 911

Llame al **911** si tiene algo de lo siguiente:

- Dolor de pecho
- Los labios o los dedos de las manos están de color azul, morado o gris
- Dificultad para respirar o silbidos al respirar
- Falta de aliento que empeora y no mejora con el tratamiento
- Sensación de desmayo o mareos
- Pérdida del conocimiento
- Dificultades para hablar o para tragar
- Sensación de muerte