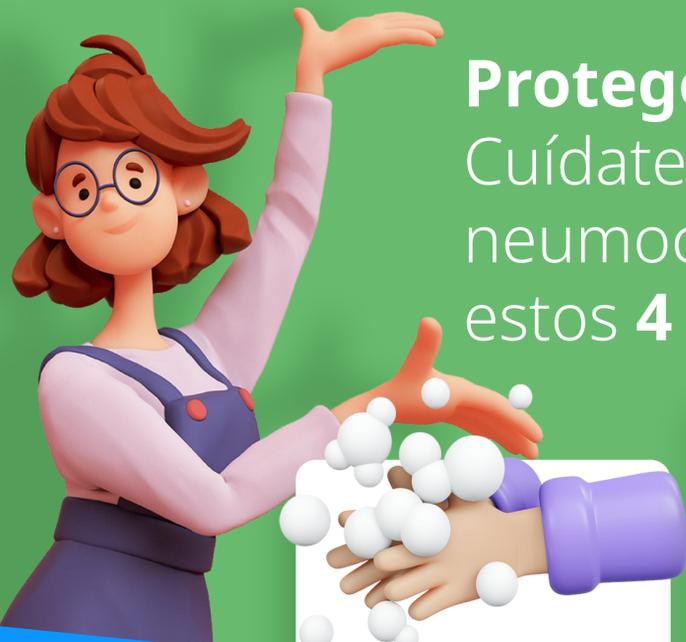


Protege tu salud. Cuídate del neumococo siguiendo estos 4 consejos



1

Lávate las manos:

con agua y jabón o con desinfectantes de manos a base de alcohol para eliminar los gérmenes.²



2

Evita el tabaco:

fumar impide que los pulmones filtren los gérmenes adecuadamente y que defiendan al cuerpo.²



3

Mantén tu sistema inmunitario fuerte:

realiza mucha actividad física y ten un plan de alimentación sano.²



4

Vacúnate:

se recomiendan las vacunas contra el neumococo para personas que, fuman, tienen el sistema inmunitario debilitado y para los que tienen afecciones crónicas, como enfermedades cardíacas o asma.¹



¿Por qué es importante vacunarse contra el neumococo?¹

Esta enfermedad es especialmente peligrosa para los bebés, los adultos mayores y para las personas con ciertas afecciones. Por esta razón vacunarse se convierte en la mejor manera de prevenir la enfermedad neumocócica.¹

Síntomas de la neumonía:

Fiebre³

Tos³

Expectoración³

Dolor torácico³

Dificultad para respirar (disnea)³



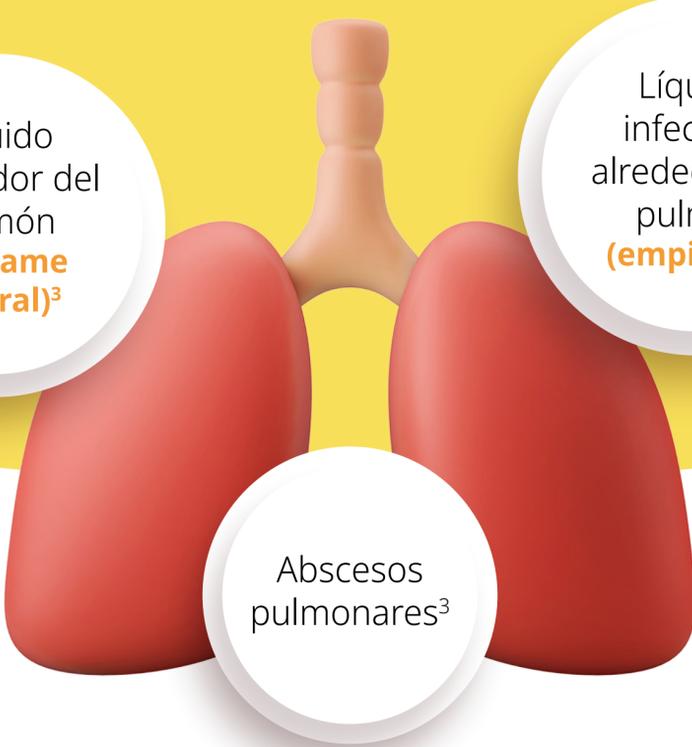
Complicaciones de la neumonía:

En raras ocasiones, pueden darse las siguientes complicaciones:³

Líquido alrededor del pulmón
(**derrame pleural**)³

Líquido infectado alrededor del pulmón
(**empiema**)³

Abscesos pulmonares³



Si es grave, la neumonía puede llevar a la muerte, por lo que es importante permanecer alerta y establecer un rápido diagnóstico con el fin de tratarla cuanto antes.³ Sigue estas recomendaciones y muévete por tu salud.

Referencias:

1. U.S. Department of Health and Human Service. Neumococo. (Revisado 12 de noviembre de 2024). [Consultado 11 de abril 2025]. Disponible en: <https://www.hhs.gov/es/immunization/diseases/pneumonia/index.html>
2. National Heart, Lung and Blood Institute. Neumonía - Prevención. (Revisión 24 marzo 2022). [Consultado 11 de abril 2025]. Disponible en: <https://www.nhlbi.nih.gov/es/salud/neumonía/prevencion>
3. Cinfa Salud. Neumonía. (Revisado 16 de febrero de 2015). [Consultado 11 de abril 2025]. Disponible en: <https://cinfasalud.cinfa.com/p/neumonía/>

Somos PFIZERCONMIGO un espacio donde encontrarás información que puede ser útil o de interés para mantener un estilo de vida saludable y conocer sobre diferentes temas de salud en pro del cuidado y el bienestar tuyo y de tu familia. La información aquí presentada es desarrollada con un fin educativo y no se debe utilizar para realizar diagnósticos o tratamientos de ninguna condición médica, ni sustituye la consulta médica. Ante cualquier duda siempre consulte a su médico. ©Pfizer S.A.S. Todos los derechos reservados – Prohibida su reproducción total o parcial sin autorización del titular. **PP-UNP-COL-1824**