



El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) en Chihuahua señaló que en invierno, las enfermedades de las vías respiratorias afectan principalmente a los adultos mayores y las más frecuentes son la neumonía, bronquitis e infecciones respiratorias agudas (IRAS) que deben tratarse adecuadamente.

El doctor Héctor Payán Valdez, coordinador de Hospitales del IMSS, señaló que los adultos mayores de 60 años son más propensos a padecer infecciones respiratorias durante el invierno, pues este sector de la población suele tener males crónicos como hipertensión arterial, diabetes, enfermedades del corazón, cerebrovasculares y artrosis que mantienen vulnerable su sistema inmunológico.

Por esta razón, Payán Valdez recomendó que los adultos mayores se arropen y utilicen, además de abrigos y chamarras, ropa interior térmica que auxilie en la conservación del calor corporal, así como bufandas que permiten proteger el pecho, la nariz y boca, del viento.

Resaltó, que la vacuna contra la influenza estacional es una de las principales medidas de prevención, porque previene el contagio ocasional al acudir a lugares públicos, sin dejar de lado las medidas básicas de higiene como el lavado de manos y una dieta rica en vitaminas A, C y E que se encuentra en verduras, carnes blancas, pescado, cereales y frutos secos.

El doctor Payán Valdez invitó a las familias para que motiven los cuidados de salud de los adultos mayores apoyándolos en la atención médica y preventiva que se brinda a los derechohabientes y beneficiarios en los módulos PrevenIMSS de las Unidades de Medicina Familiar (UMF), en donde basta con acudir para realizar una valoración del estado de salud, determinar si existe algún factor de riesgo a tratar y aplicar vacuna de ser necesario.

Fuente: puentelibre.mx