

# Virus respiratorios

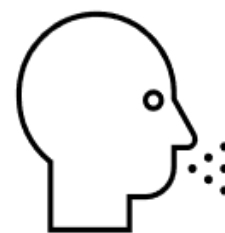
(Respiratory Viruses)

Los virus respiratorios pueden causar el resfriado común y una enfermedad similar a la influenza. Si bien es posible que conozca estas enfermedades —y, probablemente, ya las haya tenido—, puede que no conozca tan bien todos los diferentes virus que las pueden causar. Algunos de los virus respiratorios que causan enfermedades en las personas son los siguientes:

- ◆ Influenza
- ◆ Parainfluenza
- ◆ Adenovirus
- ◆ Virus respiratorio sincitial (RSV)
- ◆ Rinovirus
- ◆ Enterovirus
- ◆ Coronavirus
- ◆ Metaneumovirus humano

## ¿Cómo se propagan?

Los virus respiratorios se propagan a otras personas principalmente a través de pequeñas partículas y gotitas respiratorias que viajan por el aire cuando una persona que está enferma respira, habla, canta, tose o estornuda. También se pueden propagar al tener contacto con una persona infectada (por ejemplo, al besar o estrecharse las manos) o al tocar superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos. Estos virus pueden vivir en las superficies durante muchas horas.



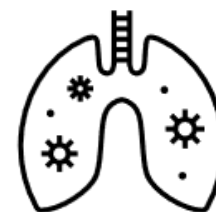
## ¿Cómo puede prevenir contagiarse?

- ✓ Evite el contacto estrecho con las personas enfermas.
- ✓ Lávese las manos durante al menos 20 segundos.
- ✓ Evite tocarse la cara (en especial la boca, la nariz y los ojos).
- ✓ Cúbrase la boca y la nariz al toser o estornudar.
- ✓ Desinfecte los objetos y las superficies regularmente (como, por ejemplo, perillas de puertas, encimeras e interruptores de luz).



## ¿Quiénes tienen un riesgo más alto de enfermarse gravemente?

Si bien la mayoría de las personas solo experimentan síntomas leves a moderados a causa de un virus respiratorio, algunas personas pueden enfermarse gravemente e incluso morir. Las personas con un sistema inmunitario debilitado, los bebés, los adultos mayores y las personas con afecciones pulmonares o cardíacas existentes tienen un riesgo más alto de presentar una enfermedad grave causada por los virus respiratorios.



## Síntomas comunes por virus respiratorios:

- ◆ Dolor de garganta
- ◆ Tos
- ◆ Fiebre
- ◆ Cansancio
- ◆ Goteo o congestión nasal
- ◆ Estornudos
- ◆ Dolor de cabeza
- ◆ Dolor corporal

# Virus respiratorios

## Conozca los diferentes tipos de virus respiratorios.

### Adenovirus

Hay más de 50 tipos de adenovirus que pueden infectar a las personas.

**Síntomas:** además de los síntomas respiratorios comunes, los adenovirus también pueden causar diarrea, conjuntivitis, hinchazón de la vejiga y molestias estomacales/intestinales.

**Diagnóstico:** un proveedor de atención médica puede diagnosticar los adenovirus por medio de un análisis de laboratorio.

**Estación:** invierno y principios de la primavera.

**Prevención:** evite el contacto estrecho con las personas enfermas, lávese las manos y desinfecte las superficies con frecuencia.

### Coronavirus, rinovirus y enterovirus

- ♦ Hay siete tipos de coronavirus que pueden infectar a las personas. En ocasiones, los coronavirus que infectan a los animales pueden cambiar y afectar a las personas, y convertirse en un nuevo coronavirus humano. Hay cuatro coronavirus estacionales llamados HKU1, NL63, 229E y OC43. **El COVID-19 es una cepa específica del coronavirus (*también conocida como el nuevo coronavirus*) que es más grave que los coronavirus estacionales.**
- ♦ Hay más de 100 rinovirus que pueden infectar a las personas. Cerca del 50 % de los resfriados comunes son causados por algún tipo de rinovirus.
- ♦ Hay más de 100 enterovirus que pueden infectar a las personas. Dos tipos específicos de enterovirus graves son el [EV-D68](#) y el [EV-A71](#).

**Síntomas:** estos virus suelen causar lo que consideramos un resfriado común. Los síntomas pueden ser todos los síntomas comunes mencionados en la página 1.

**Diagnóstico:** el diagnóstico clínico se basa en los síntomas. Los análisis de laboratorio no se realizan de manera rutinaria porque el resultado no afectaría las opciones de tratamiento.

**Estación:**

- ♦ **Coronavirus:** invierno
- ♦ **Rinovirus/enterovirus:** primavera y verano

**Prevención:** la manera más efectiva de evitar contraer COVID-19 es recibir la vacuna actualizada todos los años. Evite el contacto estrecho con las personas enfermas, lávese las manos y desinfecte las superficies con frecuencia.

# Virus respiratorios

## Conozca los diferentes tipos de virus respiratorios.

### Virus de la influenza (gripe)

Hay muchas cepas diferentes de los virus de la influenza que cambian con el tiempo, por lo que debe vacunarse contra la gripe cada año. Hay dos tipos principales de virus de la influenza que causan enfermedades durante los meses del invierno, el tipo A y el tipo B.

**Síntomas:** los síntomas pueden ser todos los síntomas comunes mencionados en la página 1.

**Diagnóstico:** puede saber si tiene gripe por medio de un análisis de laboratorio. Si bien las pruebas de diagnóstico rápido son menos confiables que las opciones de prueba de PCR, pueden arrojar resultados en 30 minutos o menos.

**Tratamiento:** los medicamentos antivirales (como Tamiflu) están disponibles y pueden ayudar a disminuir los síntomas, acortar el tiempo de la enfermedad, prevenir complicaciones graves y detener la propagación de la gripe. Funcionan mejor cuando se toman dentro de las 48 horas del comienzo de los síntomas.

**Estación:** otoño e invierno.

**Prevención:** la manera más eficaz de prevenir contagiarse la gripe es vacunarse contra la gripe cada año. Además, evite el contacto estrecho con las personas enfermas, lávese las manos y desinfecte las superficies con frecuencia.

### Metaneumovirus humano

Hay cuatro tipos de metaneumovirus que pueden causar enfermedades respiratorias. Por lo general, se diagnostican con más frecuencia en niños pequeños, adultos mayores y personas con sistemas inmunitarios debilitados.

**Síntomas:** los síntomas pueden ser todos los síntomas comunes mencionados en la página 1.

**Diagnóstico:** un proveedor de atención médica puede diagnosticar los metaneumovirus por medio de un análisis de laboratorio.

**Estación:** finales del invierno y primavera.

**Prevención:** evite el contacto estrecho con las personas enfermas, lávese las manos y desinfecte las superficies con frecuencia.

# Virus de la parainfluenza

Hay cuatro tipos de virus de la parainfluenza que pueden causar enfermedades respiratorias. Son más comunes en bebés y niños pequeños, aunque cualquiera puede contagiarse.

**Síntomas:** los síntomas pueden ser todos los síntomas comunes mencionados en la página 1.

**Diagnóstico:** un proveedor de atención médica puede diagnosticar la parainfluenza por medio de un análisis de laboratorio.

**Estación:** [según el tipo](#), otoño, primavera o principios del verano.

**Prevención:** evite el contacto estrecho con las personas enfermas, lávese las manos y desinfecte las superficies con frecuencia.

# Virus respiratorio sincitial (RSV)

**Síntomas:** si bien la mayoría de las personas con una infección por RSV tienen una enfermedad leve, en algunos casos graves pueden presentarse dificultades respiratorias que requieran hospitalización, en especial en bebés y adultos mayores.

**Diagnóstico:** por lo general, **no** se realiza un diagnóstico por análisis de laboratorio, pero hay algunas pruebas disponibles por medio de algunos laboratorios en Wisconsin.

**Estación:** otoño e invierno.

**Prevención:** [palivizumab](#), un medicamento que puede ayudar a prevenir una enfermedad grave en las personas que tienen riesgo alto. También existen vacunas para proteger a los adultos mayores contra una infección grave por RSV. A su vez, están disponibles las vacunas para personas embarazadas o los productos con anticuerpos monoclonales para proteger a los bebés y a los niños pequeños contra una infección grave por RSV. Además, evite el contacto estrecho con las personas enfermas, lávese las manos y desinfecte las superficies con frecuencia.