

Cerca de 450 millones de personas la padecen por año¹

La prevención es la mejor protección contra la neumonía



La neumonía es una **infección respiratoria aguda** que inflama uno o ambos pulmones y puede surgir a causa de diversos microorganismos como bacterias, virus y hongos.^{2,3y4} Existen dos tipos: según se adquiere en el día a día (neumonía adquirida en la comunidad) o en un centro hospitalario (neumonía hospitalaria).⁴

Cualquier persona puede padecer una neumonía; sin embargo, existen ciertos grupos de riesgo, los cuales deben estar atentos ante cualquier síntoma y tomar las medidas preventivas adecuadas, según el médico tratante.²

- Niños menores de 2 años.²
- Personas con el sistema inmune débil: debido al cáncer, VIH (virus de la inmunodeficiencia humana) / SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida) o con trasplante de órganos.^{2y5}
- Individuos con problemas de salud serios como diabetes, cirrosis o enfermedad cardíaca.⁵
- Adultos mayores de 65 años.^{2y5}
- Fumadores.⁵

Síntomas de la neumonía

Los más comunes son:

- Dolor en el pecho al respirar o toser e inclusive, dificultad para respirar.^{2,4y5}
- Desorientación o cambios de percepción mental, en personas mayores de 65 años.^{2y5}
- Tos que puede producir flema.^{2,4y5}
- Fiebre y escalofríos con temblor.^{2,4y5}

Los recién nacidos y bebés puede que no muestren signos de la infección o más bien, tengan fiebre, tos o dificultad para respirar, parezcan inquietos o cansados y no tengan ganas de comer.²



Las vacunas: una valiosa herramienta preventiva en diversas etapas de la vida^{6,8y12}

Algunos tipos de neumonía pueden prevenirse a través de las vacunas. Asimismo, quienes estén vacunados y aún así adquieran la enfermedad, pueden presentar complicaciones menos graves o tener infecciones más leves y de menos tiempo, gracias a la vacunación.⁶

Niños



De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, la **neumonía es la principal causa individual de mortalidad infantil** a nivel mundial y representa el 14% de todas las muertes en niños menores de 5 años.³

La forma más eficaz de **prevenir la neumonía infantil es vacunarlos** contra las siguientes enfermedades,³ de acuerdo con el esquema de vacunación del país.

- **Neumococo (*Streptococcus pneumoniae*):** es la causa más común de neumonía bacteriana en niños.^{3y7}
- **Haemophilus influenzae de tipo b (Hib):** es la segunda causa más frecuente de neumonía bacteriana.^{3y7}
- **COVID-19.**^{3y7}
- **Sarampión.**³
- **Tosferina.**^{3y7}
- **Influenza o gripe.**⁷

Adultos



Las **bacterias** son las causantes de una gran parte de los **casos de neumonía en adultos**; específicamente, el neumococo. También, sobresalen el virus de la gripe y el SARS-CoV-2 (causante de la COVID-19).⁵ Entre las vacunas que se deben considerar, de acuerdo con la referencia del médico tratante, destacan:

- **Vacuna antigripal (contra la influenza):** la recomendación es una vez al año. Se sugiere colocar en adultos mayores, para evitar complicaciones graves.^{6y8}
- **Vacuna contra el neumococo:** además de neumonía, el neumococo puede provocar meningitis e infecciones en la sangre. Recomendable para adultos jóvenes con riesgo de contraer enfermedades neumocócicas y en mayores de 65 años.^{4,6y8}
- **Vacuna contra la COVID-19:** para evitar contraer el virus, enfermar gravemente o inclusive, la muerte.⁸

Adultos con enfermedades crónicas y fumadores



Las personas con problemas de salud persistentes (asma, enfermedad cardiovascular o pulmonar crónica, entre otras) o con el sistema inmunológico débil (tienen cáncer o VIH) y las fumadoras deben considerar **vacunarse contra la enfermedad neumocócica**, ya que tienen un alto riesgo de padecer neumonía.^{4y6}

Mujeres embarazadas



De acuerdo con la indicación de su médico, pueden vacunarse contra:

- **Influenza o gripe:** puede poner a la madre en riesgo de hospitalización y generar complicaciones. Colocarse la vacuna reduce las posibilidades de que el bebé se contagie con el virus y disminuye el riesgo de que este padezca una neumonía.^{9y10}
- **Tosferina:** protege a los bebés contra esta enfermedad potencialmente mortal.^{9y10}
- **COVID-19:** para evitar complicaciones en el embarazo y del bebé en gestación.⁹

Otras prácticas para reducir el riesgo de padecer una neumonía



Lavarse las manos frecuentemente con jabón.^{3y6}



Practicar actividad física con regularidad.^{2y6}



Llevar una dieta saludable y nutritiva.^{2,3y6}



Evitar el fumado.^{2y6}



Dormir suficientemente.²



Practicar la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida del bebé.³

Muchos virus o bacterias siguen representando un riesgo grave para la salud. Por eso, Pfizer continúa centrándose en la investigación y el desarrollo de innovadoras vacunas, seguras y eficaces, para combatir patógenos nuevos o ya existentes. ¡La prevención es la mejor medicina!¹¹

Material validado por el Departamento Médico de Pfizer. Su contenido es meramente para fines educativos y no sustituye el diagnóstico del médico tratante o su equivalente.

Fuentes:

- 1 Vive Revista de Salud vol. 4, N.12. Neumonía: la pandemia ignorada. Disponible en http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2664-32432021000300003#:~:text=Anualmente%2C20la%20neumon%C3%ADa%20afecta%20aproximadamente,de%20Asia%20y%20el%20C3%B3n%20del%20Hib,seis%20primeros%20meses%20de%20vida. Último acceso en octubre de 2023.
- 2 Mayo Clinic.org. Neumonía, descripción general. Disponible en <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/pneumonia/symptoms-causes/syc-20354204> Último acceso en octubre de 2023.
- 3 Organización Mundial de la Salud. Neumonía infantil. Disponible en <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/pneumonia#:~:text=La%20vacunaci%C3%B3n%20contra%20el%20Hib,seis%20primeros%20meses%20de%20vida.> Último acceso en octubre de 2023.
- 4 Clínica Universidad de Navarra. ¿Qué es una neumonía? Disponible en <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/neumonia> Último acceso en octubre de 2023.
- 5 Medline Plus. Neumonía en adultos, adquirida en la comunidad. Disponible en <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000145.htm> Último acceso en octubre de 2023.
- 6 National Heart, Lung and Blood Institute (NIH). Neumonía, prevención. Disponible en <https://www.nhlbi.nih.gov/es/salud/neumonia/prevencion#:~:text=Las%20vacunas%20pueden%20ayudar%20a,riesgo%20de%20contraer%20una%20neumon%C3%ADa.> Último acceso en octubre de 2023.
- 7 Nemours Children's Health. Neumonía. Disponible en <https://kidshealth.org/es/parents/neumon%C3%ADa> Último acceso en octubre de 2023.
- 8 Mayo Clinic. Vacunas para adultos ¿cuál necesitas? Disponible en <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/vaccines/art-20046750> Último acceso en octubre de 2023.
- 9 CDC.gov. Las vacunas y el embarazo: 9 cosas que debe saber. Disponible en <https://www.cdc.gov/vaccines/pregnancy/pregnant-women/need-to-know-sp.html> Último acceso en octubre de 2023.
- 10 HHS. Gov. Vacunas para embarazadas. Disponible en <https://www.hhs.gov/es/immunization/who-and-when/pregnant/index.html> Último acceso en octubre de 2023.
- 11 Pfizer.com. Vaccines: Using Natural Immunity. Disponible en <https://www.pfizer.com/science/focus-areas/vaccines> Último acceso en octubre de 2023.
- 12 Organización Mundial de la Salud. Vacunas e Inmunización. Disponible en https://www.who.int/es/health-topics/vaccines-and-immunization#tab=tab_1 Último acceso en noviembre de 2023.