Medidas de cuidado esenciales para adultos mayores en invierno

El invierno es una época difícil para los adultos mayores, ya que este grupo de la población siempre se encuentra más expuesto a las enfermedades respiratorias propias de la estación. Según cifras entregadas por el Subsecretario de Salud Pública, Cristóbal Cuadrado, este año se han registrado aproximadamente 400 decesos semanales por estas causas, en personas mayores de 65 años.

Es por ello, que las personas mayores deben extremar sus medidas de cuidado durante estos meses. La Dra. Carolina Tanco, Geriatra de Clínica Las Condes, compartió algunas recomendaciones para que este grupo etario pueda mantenerse resguardado de las enfermedades respiratorias en este invierno.

Anuncio Patrocinado

En ese sentido, la especialista señaló que “es importante cumplir no solo con la vacunación del Covid-19, sino también con la Influenza y la vacuna Neumocócica, la que está garantizada por el Minsal en el calendario de vacunación para mayores de 65 años y se aplica en una sola dosis, excepto para pacientes con algún grado de inmunocompromiso, quienes requieren de un refuerzo 5 años después”.

Profundizando en los virus respiratorios comunes, la profesional agregó que “la Influenza puede generar neumonías graves y es por eso se entregan vacunas dentro del plan nacional de inmunización para este segmento etario. En Chile, las neumonías son una causa común de muerte y mantienen una alta prevalencia en mayores de 65 años”.

Más allá del efecto de las vacunas, la Dra. Tanco hizo énfasis en la importancia de asegurar distanciamiento para las personas mayores, aunque evitando el aislamiento, comentando que “se recomienda un distanciamiento físico de precaución, más que un distanciamiento social. Es fundamental que los adultos mayores puedan relacionarse con sus familias y su entorno para sentirse incorporados activamente en la sociedad”.

y tú, ¿qué opinas?