



¿Cuáles son las causas de la neumonía?

La neumonía es una inflamación en una o más partes de los pulmones. La neumonía puede ser provocada por una bacteria o un virus. La neumonía afecta a las personas de modo diferente de acuerdo con la edad, la salud general y el tipo de bacteria o virus.

Su estadía en el hospital

Es posible que deba permanecer en el hospital durante 1 a 4 días.

Comprenda sus medicamentos

- Es importante que su(s) médico(s), sus proveedores de atención médica y el farmacéutico conozcan todos los medicamentos que está tomando. Esto incluye medicamentos con receta y de venta libre, suplementos dietarios, vitaminas y remedios a base de hierbas.
- Los antibióticos son medicamentos que se administran por vía intravenosa (IV) o por boca (píldoras) para tratar la neumonía bacteriana. Si puede tolerar alimentos sólidos o líquidos, podrá cambiar los antibióticos por vía IV por píldoras después del primero o segundo día de su estadía en el hospital.
- Una vez que regrese a su hogar, es importante que tome todas las píldoras recetadas por su médico; de lo contrario, es posible que su neumonía reaparezca.
- El antibiótico que reciba dependerá del tipo de bacteria que causa su neumonía. Asegúrese de informar cualquier alergia que pueda tener a los antibióticos.

Posibles efectos secundarios de los antibióticos

- Los efectos secundarios comunes de la terapia con antibióticos incluyen: náuseas, diarrea, picazón en la piel, sarpullido o enrojecimiento, hinchazón, o urticaria. Asegúrese de informar al enfermero o al médico si experimenta alguno de estos síntomas.

Controle su dolor

La neumonía no suele provocar dolor. Sin embargo, usted puede experimentar molestias en las costillas como consecuencia de la tos enérgica. Consulte a su médico si debe usar un inhibidor de la tos. También es posible que desee usar una almohada para apoyar el abdomen cuando tose.

Además, es posible que sienta dolor como consecuencia de otra condición médica preexistente. Si siente dolor, es importante que tome medidas para controlar su dolor en cuanto el dolor comience. Manejar el dolor en forma temprana y adecuadamente es importante para un control efectivo del dolor. Si siente dolor, asegúrese de informar a su médico o al enfermero.

Pruebas y tratamientos

- Se le realizará una radiografía de tórax que le ayudará a su médico a diagnosticar su neumonía.
- Es posible que le realicen uno o más análisis de sangre.
- Se revisará el nivel de oxígeno en la sangre (saturación de oxígeno) para determinar si necesita oxígeno. A fin de revisar el nivel de oxígeno, se coloca en su dedo un dispositivo similar a un gancho para colgar la ropa. Podrá recibir oxígeno, si fuera necesario.

Acerca de su dieta

- Según su condición, es posible que reciba líquidos por vía IV.
- Intente mantener su dieta habitual. Llevar una dieta bien balanceada es importante para su recuperación.
- Por lo general, es una buena idea beber de 4 a 6 vasos de líquido por día, a menos que tenga una dieta con restricción de líquidos.

Planifique sus actividades

- Por lo general, estar sentado en una silla y caminar es bueno para los pulmones. Es necesario que permanezca parado tanto tiempo como pueda tolerarlo sin cansarse.
- Busque un equilibrio entre los períodos de descanso y los períodos de actividad durante el día. Siga su propio ritmo. Intente levantarse de la cama y estar activo sin cansarse demasiado.
- La neumonía afecta a cada persona de modo diferente. Hable con su médico sobre cuándo puede volver a sus actividades habituales, tales como conducir, trabajar y hacer ejercicio. Tenga en cuenta que recuperar su fuerza después de una neumonía puede llevar hasta un mes.

Organice cómo le ayudarán en su hogar

Un Enfermero Diplomado Administrador de Casos se reunirá con usted si necesita ayuda o equipamiento adicional en el hogar. El Enfermero Diplomado Administrador de Casos le ayudará a averiguar qué servicios paga su plan de seguros y, si es necesario, le ayudará a coordinarlos.

Consejos para su recuperación

- Siga su propio ritmo durante su recuperación. Intente levantarse de la cama y estar activo sin cansarse demasiado. Respire profundamente. Esto es más fácil si se sienta derecho.
- **Si fuma, existen recursos para ayudarlo a dejar de fumar. Llame al 1-800-456-6386, o pídale a su enfermero o médico que le proporcionen información acerca de cómo dejar de fumar.**
- Tenga sus vacunas al día. Por lo general, es posible evitar la neumonía aplicándose una vacuna antigripal cada otoño y una vacuna antineumocócica una vez cada 5-10 años. Consulte a su proveedor de atención médica acerca de estas vacunas.

Reconozca las señales de peligro

Llame a su médico si experimenta alguno de los siguientes síntomas:

- Fiebre mayor que 101 °F/38.3 °C, o escalofríos.
- Tos intensa o aumento de la tos.
- Aparición o empeoramiento de la respiración entrecortada.
- Aumento de la producción de esputo de color transparente (o amarillo pálido) a verde (o un color más oscuro).
- Tiene respiración entrecortada en reposo o al realizar una actividad menor que la habitual.
- Irritación y una cubierta blanca, con forma de parche en la boca.

Nota: Si tiene alguna pregunta o algún problema no incluidos en estas instrucciones, llame a su médico.

Más formas de aprender

- Visite www.cpmc.org/learning/spanish.html.
- **Visite nuestro Community Health Resource Center**
El Community Health Resource Center está ubicado en 2100 Webster Street, San Francisco (415) 923-3155. Los servicios incluyen clases e información escrita sobre diversos temas relacionados con la salud, incluso sobre cómo dejar de fumar.
- **Visite la Biblioteca Health & Healing (una afiliada de Planetree)**
La Biblioteca Health & Healing se encuentra en 2040 Webster Street a la altura de Sacramento Street, San Francisco.
Teléfono: (415) 600-3681
Horario: De 11:00 a.m. a 5:00 p.m., de lunes a viernes.
De 12:00 p.m. a 5:00 p.m., los sábados

Preguntas frecuentes

Pregunta: Si su médico le receta antibióticos para una neumonía bacteriana, ¿por qué es importante cumplir con las indicaciones y usar todos los medicamentos recetados?

Respuesta: Si está usando antibióticos para tratar una neumonía bacteriana, es importante que tome todas las píldoras recetadas por su médico; de lo contrario, es posible que la infección reaparezca.

Pregunta: ¿Qué consejos son importantes para recuperarse de una neumonía?

Respuesta: Algunos consejos para la recuperación incluyen: (1) seguir su propio ritmo durante su recuperación. Intente levantarse de la cama y estar activo sin cansarse demasiado; (2) dejar de fumar. Hable con su médico o enfermero para que le sugiera cómo dejar de fumar; (3) tener sus vacunas al día (por ejemplo, las vacunas antigripal y antineumocócica).

Pregunta: ¿Qué puedo hacer para prevenir una neumonía?

Respuesta: Tenga sus vacunas al día. Por lo general, es posible evitar la neumonía aplicándose una vacuna antigripal cada otoño y una vacuna antineumocócica una vez cada 5-10 años.

Desarrollado por el Center for Patient and Community Education, en asociación con el Departamento Outcomes Management del California Pacific Medical Center. Fecha: 10/07

© 2002 – 2007 California Pacific Medical Center

Financiado por: una generosa donación de Mr. and Mrs. Arthur A. Ciocca Foundation.

Nota: Esta información no tiene por objeto reemplazar ninguna información ni asesoramiento médico personal que usted obtiene directamente de su(s) médico(s). Si tiene alguna pregunta acerca de esta información, como los riesgos o beneficios del tratamiento mencionado, consulte a su(s) médico(s).