



Ciudad de México, a 5 de noviembre de 2023

## RECOMIENDA SEDESA FORTALECER MEDIDAS PREVENTIVAS PARA EVITAR COMPLICACIONES RESPIRATORIAS EN TEMPORADA INVERNAL

- *Se invita a los grupos vulnerables a vacunarse contra la Influenza y COVID-19, con el fin de evitar cuadros graves de estas enfermedades*
- *Se reitera la recomendación del uso del cubrebocas en lugares poco ventilados y con aglomeraciones, como en el transporte público, así como a las personas con alguna enfermedad respiratoria*

En el marco del comienzo de la temporada invernal, la Secretaría de Salud de la Ciudad de México (SEDESA) recomienda a la población capitalina aumentar las medidas preventivas para evitar enfermedades respiratorias; en caso de ser población vulnerable, acudir a cualquier Centro de Salud para aplicarse la vacuna contra la Influenza y COVID-19.

Se recomienda el lavado frecuente de manos, estornudo de etiqueta (cubriendo nariz y boca con el antebrazo), no escupir, no tocarse la cara con las manos sucias, además de limpieza y desinfección constante de superficies y objetos de uso común.

Asimismo, vestir ropa adecuada como gorro, guantes, bufanda y calcetines; evitar cambios bruscos de temperatura y corrientes de aire; y consumir alimentos y complementos con alto contenido de vitamina C y D (frutas y verduras), y beber abundante agua.

De igual forma, la SEDESA llama a evitar cambios bruscos de temperatura y cubrirse, sobre todo al salir del vehículo o de casa.

Se recomienda el uso del cubrebocas en lugares poco ventilados y con aglomeraciones, como en el transporte público, así como a las personas con síntomas de alguna enfermedad respiratoria.

El director de Epidemiología y Medicina Preventiva de los Servicios de Salud Pública, doctor José Jesús Trujillo Gutiérrez, llamó a las personas con síntomas de enfermedad respiratoria a no automedicarse, ya que alrededor de 85 por ciento de estos padecimientos son producidos por un virus, los cuales no se tratan con antibióticos.



GOBIERNO DE LA  
CIUDAD DE MÉXICO



SECRETARÍA  
DE SALUD

SECRETARÍA DE SALUD DE LA CIUDAD DE MÉXICO

COORDINACIÓN DE ENLACE Y COMUNICACIÓN



2023  
AÑO DE

“Un médico debe de tomar la decisión si el cuadro agudo que se presenta corresponde a una infección bacteriana o viral, y el especialista prescribirá los medicamentos que corresponden”, puntualizó el doctor Trujillo Gutiérrez.

Respecto a la vacunación contra Influenza, el doctor manifestó que se debe aplicar a niñas y niños de 6 meses a 5 años de edad, mujeres embarazadas, personas adultas mayores de 60 años y población de entre 5 y 69 años de edad con comorbilidades, quienes pueden acudir a recibir su dosis en cualquiera de los 233 Centros de Salud que están ubicados en la 16 Alcaldías de la Ciudad de México.

En cuanto a la vacuna contra COVID-19, se recomienda a personas de 60 años o más, población de 18 a 59 años de edad con comorbilidades y mujeres embarazadas con al menos 6 meses de su última aplicación. También se inician esquemas de vacunación a menores con 5 años cumplidos.

Finalmente, esta dependencia reitera que, en caso de presentar síntomas relacionados con enfermedades respiratorias como estornudos, congestión o secreción nasal, dolor de garganta o en el cuerpo, escalofríos, fiebre, pérdida de olfato o diarrea, se recomienda acudir al Centro de Salud más cercano a su domicilio.

---oo0oo---