



**INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL**  
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL

**Prevención y control de enfermedades**

**III. Prevención y control de enfermedades.**

<b>Vacunación.....</b>	<b>73</b>
<b>Prevención de tuberculosis.....</b>	<b>76</b>
<b>Posmenopausia.....</b>	<b>78</b>

### III. Prevención y control de enfermedades.

#### Vacunación\*

La vacunación es muy importante en los adultos mayores para prevenir enfermedades graves como la neumonía y el tétanos. El esquema de vacunación del adulto mayor cuenta con tres vacunas: la antineumocócica, la antiinfluenza y la antitetánica.



#### Vacuna antineumocócica

Esta vacuna evita la neumonía por una bacteria conocida como neumococo, que es una infección aguda de los pulmones y es capaz de causar la muerte en el adulto mayor.

\*Vea esquema básico de vacunación en la página 97

## Prevención y control de enfermedades

La vacuna se debe aplicar a partir de los 60 años de edad en:

- 1 Adultos mayores que no se han vacunado
- 2 Enfermos de los pulmones, del corazón, riñón, hígado y diabetes mellitus
- 3 Adultos que egresan del hospital
- 4 Residentes de una casa hogar

**La vacunación antineumocócica debe ser cada cinco años y su aplicación es en el brazo.**

### Vacuna antiinfluenza

Previene la influenza, que es una enfermedad viral que se conoce también como gripa, se diferencia del catarro común porque tiene síntomas más graves, como fiebre mayor de 38 °C, dolor de cabeza, dolor de músculos, síntomas respiratorios y puede complicarse con neumonía y muerte. La influenza se presenta con mucho mayor frecuencia durante la temporada invernal y la vacuna se fabrica especialmente cada año, por lo que la aplicación de la vacuna es también cada año preferentemente durante los meses de octubre y noviembre.

Por el riesgo mayor que tienen para enfermar de neumonía, se deben vacunar principalmente los adultos que egresan de un hospital, los que viven en una casa hogar y los enfermos de:

- 1 Diabetes mellitus
- 2 Asma, bronquitis y otras enfermedades pulmonares
- 3 Angina de pecho o insuficiencia cardíaca
- 4 Insuficiencia renal crónica
- 5 Padecimientos que disminuyen las defensas



La vacunación antiinfluenza debe ser cada año a partir del mes de octubre y hasta el mes de marzo. Mientras más pronto se vacune es mejor y estará preparado para prevenir la gripe en la temporada invernal.

### Toxoide tetánico diftérico (Td)

Esta vacuna protege contra el tétanos y la difteria. El tétanos es una infección causada por una bacteria que penetra a través de las heridas y puede causar la muerte. La difteria es una enfermedad aguda que afecta al sistema respiratorio, provoca dificultad para respirar y puede llevar a la muerte, gracias a la vacunación, cada vez es menos frecuente.



## Prevención y control de enfermedades

Debe acudir a aplicarse la vacuna si:

- 1 **Sufre una herida**
- 2 **Es trabajador del campo en actividades relacionadas con la agricultura y la ganadería**
- 3 **Vive en una zona de riesgo, que son los lugares en los que han ocurrido muertes por tétanos**

Se aplican dos dosis con intervalo de cuatro a ocho semanas, con refuerzo cada cinco o diez años.

**Acuda a su clínica para que le apliquen o programen las vacunas y se las registren en su Cartilla de Salud y Citas Médicas.**

## Prevención de tuberculosis

La tuberculosis es una enfermedad contagiosa producida por una bacteria, que afecta principalmente el pulmón, aunque también puede invadir los riñones y los huesos.

Las personas más afectadas son las de 45 años y más. La infección se transmite por vía aérea mediante gotitas de saliva que los enfermos expulsan al hablar, toser y estornudar.

Existen factores que favorecen su contagio como son: desnutrición, diabetes mellitus, SIDA y el hacinamiento, es decir, que convivan y duerman más de tres personas en una habitación.

Las manifestaciones son: tos con flema por más de 15 días, falta de apetito, cansancio, fiebre y pérdida de peso.

### Detección y tratamiento



La tuberculosis es curable si se detecta a tiempo y se lleva un tratamiento supervisado



Si usted presenta los síntomas mencionados, ha estado en contacto con un enfermo de tuberculosis o simplemente si tiene tos con flema, acuda de inmediato con su médico familiar para que le indique un examen de la expectoración, llamado baciloscopia



Si resulta enfermo debe tratarse durante seis meses. Los primeros dos meses debe acudir diariamente a la clínica; los siguientes cuatro meses debe ir tres veces por semana



En el servicio de medicina preventiva, una enfermera le proporcionará el medicamento y confirmará que usted se lo tome



Su médico le indicará con que periodicidad debe asistir a consulta para comprobar que hay una evolución favorable

### ¿Qué pasa si un enfermo de tuberculosis suspende el tratamiento?

Si un paciente no toma el tratamiento como se indica o lo suspende antes de completar el esquema, se volverá a enfermar otra vez, con el riesgo de que la bacteria se vuelva resistente a uno o más medicamentos, lo que hará más difícil y prolongado el tratamiento (hasta dos años o más).

### Posmenopausia

La mujer adulta mayor seguramente dejó atrás la menopausia desde hace varios años, sin embargo es útil saber que en algunas mujeres la falta de producción de estrógenos provoca que sus huesos se descalcifiquen, esta condición de fragilidad de los huesos se conoce como osteoporosis y aumenta el peligro de fracturas. La carencia de hormonas también produce alteraciones de las grasas de la sangre y aumenta el riesgo de enfermedades del corazón.



Para disminuir el riesgo de fracturas y enfermedades del corazón que se presentan después de la menopausia, es importante que mantenga un estilo de vida saludable. Esto significa:



- a** Hacer ejercicio diariamente por lo menos durante 30 minutos
- b** No fumar
- c** Mantener una alimentación rica en calcio consumiendo leche descremada, queso panela, requesón, yogurt sin grasa, cereal enriquecido con calcio, ensalada de col, charales y espinacas



**INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL**  
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL

**Identificación oportuna de enfermedades**

### **IV. Identificación oportuna de enfermedades.**

<b>Cáncer de mama.....</b>	<b>81</b>
<b>Cáncer cérvico uterino.....</b>	<b>88</b>
<b>Diabetes mellitus.....</b>	<b>90</b>
<b>Hipertensión arterial.....</b>	<b>94</b>