

“

(Después de la neumonía) mi vida **ya no es la misma**... las cosas que puedo hacer en mi día a día son más limitadas. Ahora me **agoto** rápidamente... También tengo **menos energía** para mi familia. Ahora mi fuerza está **limitada**. A menudo me falta el aliento.”

Ángela, 51 años

“

Como siempre he sido una persona relativamente sana, que **nunca ha tenido problemas respiratorios**, nunca pensé que **podía coger una neumonía**. Si hubiera sabido que había una vacuna disponible, **me habría vacunado**.”

Carlos, 66 años

Ahora

una vacuna te ayuda a protegerte de la neumonía neumocócica.



Consulta a tu médico e infórmate.

Protégete y protege a los tuyos.

Comparte este folleto.

Para más información, visita:
www.nomasneumonia.es

[nomasneumonia](https://www.facebook.com/nomasneumonia) [@nomasneumonia](https://twitter.com/nomasneumonia) [#nomasneumonia](https://www.instagram.com/nomasneumonia)

Referencias: 1. Gil-Prieto R, et al. The burden of hospitalisations for community-acquired pneumonia (CAP) and pneumococcal pneumonia in adults in Spain (2003–2007). *Vaccine* 2011;29(3):412–416. 2. British Medical Journal (BMJ). Patient information from the BMJ Group – Pneumonia. Disponible en: <http://bestpractice.bmj.com/best-practice/pdf/patient-summaries/532655.pdf> Último acceso: Septiembre 2016. 3. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Pneumococcal disease – Types of infection. Disponible en: <http://www.cdc.gov/pneumococcal/about/infection-types.html> Último acceso: Septiembre 2016. 4. Niederman MS, Luna CM. Community-acquired pneumonia guidelines: a global perspective. *Semin Respir Crit Care Med*. 2012;33(3):298–310. 5. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Pneumococcal disease – Risk factors & transmission. Disponible en: <http://www.cdc.gov/pneumococcal/about/risk-transmission.html> Último acceso: Octubre 2016. 6. Hoare Z, Lim WS. Pneumonia: update on diagnosis and management. *British Medical Journal*. 2006;332:1077–79. 7. Shea KM, et al. Rates of pneumococcal disease in adults with chronic medical conditions. *Open Forum Infect Dis*. 2014;1(1):ofu024. 8. National Health Service. Pneumonia – treatment. Disponible en: <http://www.nhs.uk/Conditions/Pneumonia/Pages/Treatment.aspx> Último acceso: Septiembre 2016. 9. Sicras-Mainar A, et al. Retrospective epidemiological study for the characterization of community-acquired pneumonia and pneumococcal pneumonia in adults in a well-defined area of Badalona (Barcelona, Spain) *BMC Infectious Diseases* 2012;12:283. 10. Corrales-Medina VF, et al. Association between hospitalization for pneumonia and subsequent risk of cardiovascular disease. *Journal of the American Medical Association*. 2015;313(3):264–274. 11. Schranz J. Pneumococcal conjugate vaccines: What do we know and what do we need? *Procedia in Vaccinology* 1. 2009:189–205. 12. Plotkin SA. Vaccines: The fourth century. *Clin Vaccine Immunol*. 2009;16(12):1709–1719.

UNA MEDIA DE
13 DÍAS
HOSPITALIZADO POR
NEUMONÍA.*¹ Y ESO ES
SOLO EL PRINCIPIO.

¿Qué puedes hacer
para protegerte frente
a la **neumonía**?

Conoce las claves.

DTC-PNA-ESP-0014 Octubre 2016



Trabajando juntos por un mundo más sano

*Datos sobre Neumonía Adquirida en la Comunidad en adultos a partir de 50 años hospitalizados en España entre 2003 y 2007.¹

NEUMONÍA: todo lo que necesitas saber

¿Qué es la neumonía?



La neumonía es una enfermedad grave que produce **inflamación en los pulmones**.² Puede estar causada por bacterias, virus u hongos, siendo el neumococo su causa más frecuente,³ y es una de las principales causas de muerte a nivel mundial.⁴

¿Cómo se contagia?



El neumococo se transmite de **persona a persona** mediante contacto directo con secreciones respiratorias como mocos, saliva...⁵

¿Cuáles son sus síntomas?

La neumonía puede hacerte sentir muy enfermo.² Los síntomas pueden incluir:⁶



Fiebre alta⁶
Escalofríos⁶

>38°C

Dolor en el costado,
dificultad para respirar⁶

Continúa leyendo para conocer más información acerca de esta enfermedad. >>

¿Caminas?
¿Comes sano?

¿Te cuidas?

Bien por ti,
pero eso **a la neumonía le da igual**

¿Quién puede contraer una neumonía?



Todos podemos tener una neumonía.⁶ Aunque sea más común en los adultos de edad avanzada, la neumonía **puede afectar a cualquiera**⁶, incluso a los que realizan ejercicio, comen de forma sana y se cuidan. Algunas enfermedades crónicas y ciertos hábitos aumentan el **riesgo de tener neumonía neumocócica**.⁷



Cardiacas



Respiratorias



Diabetes



Inmunosupresión



Alcoholismo y/o
tabaquismo

¿Cuánto tiempo puedes tardar en curarte?

Incluso después de que los **principales síntomas hayan desaparecido** tras el tratamiento, puedes **sentirte cansado** y no realizar tus actividades con normalidad durante **bastante tiempo**.⁸

¿Cuáles pueden ser sus consecuencias?

La neumonía se debe tomar en serio, incluso aunque seas joven y te encuentres en forma.²

Puede necesitar hospitalización

Aproximadamente el **41%** de las neumonías adquiridas en la comunidad **pueden requerir hospitalización**.⁹

Los adultos de **50 o más años** que son hospitalizados por neumonía adquirida en la comunidad permanecen **13 días** de media ingresados en el hospital.*¹

Aumento del riesgo de enfermedad cardiovascular

Las personas de al menos 65 años tienen **cuatro veces más riesgo** de padecer una enfermedad cardiovascular en los **30 días posteriores** a haber sido hospitalizados por neumonía en comparación con aquellos que no han padecido la infección.¹⁰

¿Cómo se puede prevenir?



La neumonía neumocócica se podría **prevenir mediante vacunación**.¹¹



La **vacunación**, junto con la potabilización del agua, son las **medidas de salud pública** que más vidas han salvado en todo el mundo.¹²

Ahora

Una vacuna te ayuda a protegerte de la neumonía neumocócica.



Consulta a tu médico e infórmate.

