

“

(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](http://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.\*<sup>1</sup> Y ESO ES  
SOLO EL PRINCIPIO.

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

**Conoce las claves.**

DTC-PNA-ESP-0014 Octubre 2016



\*Datos sobre Neumonía Adquirida en la Comunidad en adultos a partir de 50 años hospitalizados en España entre 2003 y 2007.<sup>1</sup>

# NEUMONÍA: todo lo que necesitas saber

## ¿Qué es la neumonía?



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

## ¿Cómo se contagia?



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

## ¿Cuáles son sus síntomas?

La neumonía puede hacerte sentir muy enfermo.<sup>2</sup> Los síntomas pueden incluir:<sup>6</sup>



Fiebre alta<sup>6</sup>  
Escalofríos<sup>6</sup>

>38°C

Dolor en el costado,  
dificultad para respirar<sup>6</sup>

**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.<sup>6</sup> Aunque sea más común en los adultos de edad avanzada, la neumonía **puede afectar a cualquiera**<sup>6</sup>, 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**.<sup>7</sup>



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**.<sup>8</sup>

## ¿Cuáles pueden ser sus consecuencias?

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

### Puede necesitar hospitalización

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

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.\*<sup>1</sup>

### 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.<sup>10</sup>

## ¿Cómo se puede prevenir?



La neumonía neumocócica se podría **prevenir mediante vacunación**.<sup>11</sup>



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



**Ahora**

**Una vacuna te ayuda a protegerte de la neumonía neumocócica.**



**Consulta a tu médico e infórmate.**

