

## COMUNICADO DE PRENSA

Boletín PCE02

Chihuahua, Chih., a 11 de enero de 2024

### **Emite Pensiones Civiles recomendaciones para prevenir enfermedades respiratorias**

*-Protegerse del frío, vacunarse contra la influenza, beber suficiente agua, lavarse las manos frecuentemente y llevar una dieta saludable, entre las medidas sugeridas*

Ante las bajas temperaturas que se presentan en el estado, Pensiones Civiles del Estado (PCE) emitió una serie de recomendaciones a la población, para prevenir enfermedades respiratorias.

Se sugieren medidas como evitar cambios bruscos de temperatura, vacunarse contra influenza y COVID-19, lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, usar cubrebocas en lugares concurridos, llevar una dieta saludable y beber suficiente agua.

Si presenta tos persistente, congestión nasal o secreción, dolor de cabeza, garganta y oído, respiración agitada o ruidos, y dificultad para respirar, se pide no automedicarse y acudir con el médico.

En el caso de los derechohabientes, llegar al TRIAGE de enfermedades respiratorias o al servicio de urgencias de las unidades hospitalarias de PCE.

En este invierno, se exhorta a tomar las precauciones necesarias para proteger la salud y la de su familia. La prevención es la mejor herramienta para enfrentar las enfermedades respiratorias.