

Influenza (gripe)

Lo que todos deberían saber sobre la influenza y la vacuna de la influenza

¿Qué es la influenza (gripe)?

La influenza o gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa producida por los virus de la influenza. Puede causar desde una enfermedad leve hasta una grave y en algunos casos puede ser mortal. Algunas personas, como los ancianos, los niños pequeños y las personas con ciertas afecciones de salud tienen un riesgo alto de sufrir complicaciones graves a causa de la influenza.

Las siguientes son las cifras promedio anuales en los Estados Unidos:

- entre el 5 y el 20% de la población contrae influenza;
- más de 200,000 personas son hospitalizadas debido a complicaciones de la influenza, y
- alrededor de 36,000 personas mueren a causa de la influenza.

La mejor manera de prevenir esta enfermedad es vacunarse contra la influenza.

¿Cuáles son los síntomas de la influenza?

La gripe o influenza por lo general comienza repentinamente y puede incluir los siguientes síntomas:

- fiebre (generalmente alta)
- dolor de cabeza
- cansancio extremado
- tos seca
- dolor de garganta
- moqueo o congestión de nariz
- dolores musculares
- síntomas estomacales, como náusea, vómitos y diarrea pueden ocurrir en los niños pero rara vez en los adultos

¿Hay personas que tienen mayor riesgo de tener complicaciones si contraen la influenza?

Sí. Entre las personas con alto riesgo de sufrir complicaciones si contraen la influenza se encuentran las personas mayores, los niños pequeños y las personas de cualquier edad con ciertas afecciones de salud.

¿Cuáles son las complicaciones asociadas con la influenza?

Algunas complicaciones causadas por la influenza incluyen neumonía, deshidratación y empeoramiento de las afecciones de salud crónicas, tales como insuficiencia cardíaca congestiva, asma o diabetes. Los niños pueden tener problemas de sinusitis e infecciones de oídos.

¿Cómo se propaga la influenza?

La influenza se transmite a través de gotitas respiratorias que se emiten al toser o estornudar. Generalmente se transmite de persona a persona, aunque de vez en cuando una persona se puede infectar al tocar un objeto contaminado con el virus y luego tocarse la nariz o la boca.

¿Cuándo es el período de contagio y cuánto dura?

Una persona con influenza es contagiosa (en condiciones de infectar a otros) a partir del día **anterior** a que se presenten los síntomas. Los adultos siguen siendo contagiosos hasta siete días **después** de haberse enfermado, y los niños pueden seguir siendo contagiosos durante un período aún más largo. Esto significa que se puede contagiar la influenza a otra persona antes de que uno se dé cuenta de que está enfermo, y también durante la enfermedad.

Resfrío e influenza: comparación

¿Cuál es la diferencia entre un resfrío y la influenza?

La influenza y el resfrío ordinario son ambas enfermedades respiratorias, pero son causadas por virus diferentes. Al tener muchos síntomas en común, puede ser difícil (si no imposible) establecer la diferencia basándose solamente en los síntomas. Se pueden hacer pruebas especiales, de ser necesario, para determinar si una persona tiene o no influenza; estas pruebas usualmente deben realizarse durante los primeros días de la enfermedad.

¿Cuáles son los síntomas de la influenza que la distinguen del resfrío?

En general, la influenza es peor que el resfrío, y los síntomas como fiebre, dolores corporales, cansancio extremo y tos seca resultan ser más habituales e intensos. Los resfríos tienden a desarrollarse gradualmente, mientras que la gripe o influenza tiende a aparecer muy repentinamente. Los resfriados son generalmente más leves que la influenza. Las personas resfriadas tienen mayor probabilidad de experimentar moqueo o congestión de nariz. Los resfríos por lo general no producen complicaciones graves de la salud, como neumonía, infecciones bacterianas o necesidad de hospitalización.

Prevención de la influenza

¿Qué puedo hacer para protegerme de la influenza?

La mejor manera de prevenir la gripe o influenza es vacunarse cada otoño. Hay dos tipos de vacunas:

- La **vacuna contra la gripe ("flu shot")** es una vacuna inactivada (que contiene el virus muerto) que se aplica con una aguja. La vacuna por inyección se ha aprobado para su uso en personas mayores de seis meses, lo cual incluye a las personas sanas y aquellas con afecciones crónicas de la salud.
- La **vacuna por spray nasal** (llamada a veces LAIV) está elaborada con virus de la influenza vivos pero debilitados y **NO** causan la influenza. Este tipo de vacuna está aprobado para su uso entre los dos años y los 49 años de edad; no está aprobada para las mujeres embarazadas
- **Los niños entre los seis meses y los ocho años deben recibir dos dosis de la vacuna si no han sido vacunados previamente, en ningún momento, ni por inyección ni por spray nasal. Los niños entre seis meses y ocho años que recibieron solamente una dosis en el primer año que se vacunaron deben recibir dos dosis el año siguiente.**

Alrededor de dos semanas después de la vacunación, el organismo crea anticuerpos que protegen contra la infección por el virus de la influenza. Las vacunas de la influenza no protegen contra enfermedades causadas por otros virus, como el del resfriado ordinario.

¿Quiénes deben vacunarse?

Todas las personas que deseen reducir el riesgo de enfermarse de influenza o de transmitirla a otros, incluyendo a los niños en edad escolar, deben vacunarse.

Aquellas personas con el mayor riesgo de sufrir complicaciones a causa de la gripe o influenza y aquellas con mayores probabilidades de contraer o transmitir la influenza deben vacunarse en cuanto estén disponibles las vacunas. Estos grupos incluyen a

- los niños desde 6 meses hasta los adolescentes menores de 19 años;
- las personas mayores de 50 años;
- los niños y adolescentes (de 6 meses a 18 años) que reciben terapia a largo plazo con aspirina y por lo tanto pueden tener el riesgo de experimentar el síndrome de Reye si contraen la infección por el virus de la gripe o influenza;
- las mujeres que van a encontrarse embarazadas durante la temporada de influenza;
- adultos y niños que tienen trastornos crónicos de pulmones, corazón, riñón, hígado, sanguíneos o metabólicos (incluyendo la diabetes);
- adultos y niños que presentan supresión en el sistema inmunológico (incluyendo la supresión en el sistema inmunológico causada por los medicamentos o por el VIH);
- adultos y niños que presentan cualquier afección (por ejemplo disfunciones cognitivas, lesiones en la médula espinal, episodios epilépticos, u otros desórdenes neuromusculares) que pueda comprometer las funciones respiratorias o el manejo de las secreciones respiratorias;
- los empleados de residencias e instituciones de cuidado a largo plazo;
- los trabajadores del área de salud;
- contacto en los hogares de las personas de alto riesgo de tener complicaciones de gripe;
- contacto en los hogares de niños menores de seis años.

Para una lista completa de recomendaciones, visite el portal <http://www.cdc.gov/flu/professionals/acip/persons.htm>

¿Quiénes no deben vacunarse?

Algunas personas no deberían vacunarse. Este grupo incluye:

- las personas que tienen un alergia severa al huevo de gallina;
- las personas que tuvieron en el pasado una reacción severa a la vacuna contra la influenza;
- las personas que desarrollaron el síndrome Guillain-Barre (GBS) dentro de las seis semanas siguientes de haber recibido la vacuna de la influenza;
- los menores de 6 meses;
- las personas que tienen alguna enfermedad que produce fiebre. (Estas personas se pueden vacunar cuando los síntomas disminuyen. Las personas con una enfermedad leve usualmente pueden recibir la vacuna.)

¿La medicación antiviral puede prevenir la influenza?

Cuatro medicinas antivirales (amantadine, rimantadine, oseltamivir y zanamivir) han recibido la aprobación de la Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos (FDA) para el tratamiento y la prevención de la influenza. Sin embargo, los medicamentos antivirales **NO** son sustitutos para la vacuna de la influenza. Todos estos medicamentos se pueden obtener sólo con una prescripción médica y cada uno de ellos varía en cuanto a quién puede tomarlo, cómo se administra, las dosis que se suministra de acuerdo a la edad o las condiciones médicas, y los efectos secundarios. Su médico puede ayudarle a decidir si debería o no tomar un medicamento antiviral, y en caso de que así sea, cuál.

Revisado: Abril 2009