

Gripe A (H1N1)



En general

La gripe estacional es una infección vírica aguda causada por un virus gripal.

Hay tres tipos de gripe estacional: A, B y C. Los virus gripales de tipo A se clasifican en subtipos en función de las diferentes combinaciones de dos proteínas de la superficie del virus (H y N). Entre los muchos subtipos de virus gripales A, en la actualidad están circulando en el ser humano virus de los subtipos A (H1N1) y A (H3N2). Los virus de la gripe circulan por todo el mundo. Los casos de gripe C son mucho menos frecuentes que los de gripe A o B, y es por ello que en las vacunas contra la gripe estacional sólo se incluyen virus de los tipos A y B.

Signos y síntomas

La gripe estacional se caracteriza por el inicio súbito de fiebre alta, tos (generalmente seca), dolores musculares, articulares, de cabeza y garganta, intenso malestar y abundante secreción nasal. La fiebre y los demás síntomas suelen desaparecer en la mayoría de los casos en el plazo de una semana, sin necesidad de atención médica. No obstante, en personas con alto riesgo la gripe puede causar enfermedad grave, e incluso la muerte. El tiempo transcurrido entre la infección y la aparición de la enfermedad (el llamado periodo de incubación) es de aproximadamente 2 días.

Influenza Porcina

Diferencias entre los síntomas de la gripe común y la influenza porcina

Síntomas	Gripe Común	Influenza
 Fiebre	No llega a 39°	Inicio súbito a 39°
 Dolor de cabeza	De menor intensidad	Intenso
 Escalofríos	Esporádico	Frecuentes
 Cansancio	Moderado	Externo
 Dolor de garganta	Pronunciado	Leve
 Tos	Menos intensa	Seca continua
 Moqueo	Fuerte y con congestión nasal	Poco común
 Dolores musculares	Moderado	Intenso
 Ardor de ojos	Leve	Intenso

Fuente | Organización Mundial de la Salud (www.who.int/es)

Grupos de riesgo

Las epidemias anuales de gripe pueden afectar gravemente a todos los grupos de edad, pero quienes corren mayor riesgo de sufrir complicaciones son los menores de 2 años, los mayores de 65 y las personas de todas las edades con determinadas afecciones, tales como inmunodepresión o enfermedades crónicas cardíacas, pulmonares, renales, hepáticas, sanguíneas o metabólicas (por ejemplo, la diabetes).

Transmisión

La gripe estacional se propaga fácilmente y puede extenderse con rapidez en escuelas, residencias asistidas o lugares de trabajo y ciudades. Las gotículas infectadas que expulsa el paciente al toser pueden ser inspiradas por otras personas que quedan así expuestas al virus. El virus también puede propagarse a través de las manos infectadas. Para evitar la transmisión hay que lavarse las manos regularmente y cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo de papel al toser o estornudar.

Tratamiento

Algunos países disponen de antiviricos que son eficaces para prevenir y tratar la gripe. Estos fármacos pueden ser de dos clases: 1) adamantanos (amantadina y rimantadina), y 2) inhibidores de la neuraminidasa del virus de la gripe (oseltamivir y zanamivir). Algunos virus de la gripe se vuelven resistentes a los antiviricos, lo cual limita la eficacia del tratamiento. La OMS vigila la sensibilidad de los virus gripales circulantes a los antiviricos.

Epidemias estacionales

Las epidemias de gripe se repiten anualmente, durante el otoño y el invierno en las regiones templadas. La enfermedad es causa de hospitalización y muerte, sobre todo en los grupos de alto riesgo (niños pequeños, ancianos y enfermos crónicos). Estas epidemias anuales causan unos 3 a 5 millones de casos de enfermedad grave y unas 250 000 a 500 000 muertes cada año. En los países industrializados la mayoría de las muertes asociadas a la gripe corresponden a mayores de 65 años. En algunos países tropicales los virus de la gripe circulan durante todo el año, presentando uno o dos periodos de máxima actividad durante las estaciones lluviosas.

Efectos de la enfermedad

La gripe puede causar graves problemas económicos y de salud pública. En los países desarrollados, las epidemias pueden causar gran absentismo laboral y pérdidas de productividad. Las clínicas y los hospitales pueden verse abrumados por el gran número de enfermos que acuden a ellos durante los periodos de máxima actividad de la enfermedad. Aunque la mayoría de los pacientes se recuperan de la gripe, muchos necesitan tratamiento hospitalario y muchos mueren cada año por esta causa. Los conocimientos sobre los efectos de las epidemias de gripe en los países en desarrollo son escasos.

Prevención

La forma más eficaz de prevenir la enfermedad y sus consecuencias graves es la vacunación. Hace más de 60 años que se vienen utilizando vacunas seguras y eficaces. En los adultos sanos la vacunación antigripal puede prevenir un 70% a 90% de los casos de enfermedad gripal específica, mientras que en los ancianos reduce los casos graves y las complicaciones en un 60%, y las muertes en un 80%.

La vacunación es especialmente importante en las personas que corren mayor riesgo de sufrir complicaciones de la gripe y en aquellas que viven con pacientes de alto riesgo o que cuidan de ellos.

La OMS recomienda la vacunación anual (por orden de prioridad) en:

- Quienes viven en residencias asistidas (ancianos o discapacitados).
- Ancianos.
- Personas con enfermedades crónicas.

- Otros grupos: embarazadas, profesionales sanitarios, trabajadores con funciones sociales esenciales y niños de 6 meses a 2 años.

La vacunación antigripal es más eficaz cuando hay una buena concordancia entre los virus vacunales y los virus circulantes. Los virus de la gripe sufren cambios constantes, y la Red Mundial de Vigilancia de la Gripe, una alianza de Centros Nacionales de Gripe de todo el mundo, vigila los virus gripales circulantes en el ser humano. La OMS recomienda cada año una vacuna cuya composición va dirigida hacia las tres cepas más representativas que estén circulando entonces.

¿Qué puedo hacer para protegerme de la gripe por A (H1N1)?

La principal vía de transmisión del nuevo virus gripal A (H1N1) parece ser la misma que la de la gripe estacional, es decir, las gotículas expulsadas al hablar, estornudar o toser. Para prevenir la infección puede evitar el contacto estrecho con personas que presenten síntomas gripales (intentando mantener una distancia de aproximadamente 1 metro, a ser posible) y tomar las medidas siguientes:

- evitar tocarse la boca y la nariz;
- lavarse las manos meticolosa y regularmente con agua y jabón o preparaciones alcohólicas (especialmente si se tocan la boca, la nariz o superficies que puedan estar contaminadas);
- evitar contactos estrechos con personas que puedan estar enfermas;
- a ser posible, reducir la estancia en lugares concurridos;
- mejorar la ventilación abriendo las ventanas;
- mantener hábitos saludables: dormir bien, comer alimentos nutritivos y mantenerse activo físicamente.

¿Qué recomienda la OMS con respecto al uso de mascarillas?

Si no está enfermo, no hace falta que use mascarilla.

Si ha de cuidar a un enfermo puede usarla cuando tenga contacto estrecho con él; inmediatamente después ha de tirarla y lavarse bien las manos.

Si está enfermo y ha de viajar o estar en contacto con otras personas, cúbrase la boca y la nariz.

Es esencial que el uso de la mascarilla sea correcto en todas las situaciones. Su uso incorrecto puede aumentar la probabilidad de que la infección se propague.

¿Qué debo hacer en caso de que contraiga la gripe por A (H1N1)?

No le será posible distinguir la gripe estacional de la gripe por A (H1N1) si no acude al médico. Los síntomas típicos que hay que vigilar son similares a los de la gripe estacional: fiebre, tos, cefaleas, dolores en todo el cuerpo, dolor de garganta y rinorrea. Sólo un médico o las autoridades sanitarias locales pueden confirmar un caso de gripe por A (H1N1).