

## ¿Qué es la influenza?

La influenza, a la que comúnmente se le llama “gripa”, es causada por un virus que afecta primordialmente la nariz, garganta, vías bronquiales y los pulmones. La influenza A o B puede circular en los Estados Unidos durante la última parte del otoño y durante el invierno. Cada tipo de virus de influenza tiene muchas cepas distintas, las cuales tienden a cambiar de año a año.

## ¿Cuáles son los síntomas de la influenza?

Comparada a otras infecciones respiratorias virales que también tienden a ocurrir durante los meses del otoño e invierno, la infección de la influenza regularmente causa una enfermedad más grave. Los síntomas típicos pueden ser: fiebre de 100° a 103° F ó 37° a 39° C (posiblemente mayor en los niños), escalofríos, dolor de garganta, nariz congestionada, tos, fatiga extrema y dolores en el cuerpo. Algunas veces la náusea, el vómito y la diarrea pueden acompañar a la infección de la influenza especialmente en los niños, sin embargo, estos síntomas regularmente no son el problema principal. El término “gripa en el estómago” (stomach flu) muchas veces se usa para describir las enfermedades gastrointestinales (diarrea, náusea, vómito) pero este es el nombre inapropiado ya que bacterias, protozoarios, u otros virus diferentes al de la influenza son los que causan estas infecciones.

## ¿Cómo se transmite la influenza?

La influenza se transmite de persona a persona a través de gotitas respiratorias expulsadas al hablar, toser, reírse o estornudar. La transmisión también puede ocurrir por el contacto directo con objetos contaminados y luego tocarse la boca o la nariz. El periodo contagioso puede variar, pero generalmente empieza el día antes de que aparecen los síntomas y continúa por una semana.

## ¿Qué tanto tiempo después de ser expuestos empiezan a aparecer los síntomas de la influenza?

El periodo de incubación, o el tiempo desde la exposición a la primer muestra de los síntomas es de 1 a 5 días. La mayoría de la gente que tiene influenza se recupera completamente en 1 ó 2 semanas, pero algunas personas desarrollan complicaciones graves que pueden llegar a ser una amenaza para sus vidas, tales como la neumonía. En un año promedio, las complicaciones relacionadas a la gripa están asociadas con aproximadamente 114,000 hospitalizaciones y 36,000 muertes en los Estados Unidos.

## ¿Cómo se diagnostica la influenza?

Los proveedores de atención médica muchas veces diagnostican un caso de gripa basándose en los síntomas típicos de fiebre, escalofríos, dolores de cabeza, tos y dolores en el cuerpo, además de saber que el virus de la influenza ha sido confirmado en el laboratorio de la misma área geográfica. Los análisis de detección de la gripa pueden ser realizados en la clínica del médico rápidamente. La prueba de laboratorio específica que se necesita para diagnosticar la influenza y caracterizar la cepa del virus, es un cultivo y crecimiento del virus de una muestra tomada de la nariz y la garganta.

## ¿Cuál es el tratamiento para la influenza?

La mayoría de las personas que tienen gripa son tratadas adecuadamente con líquidos y descanso. Los medicamentos “antivirales” que requieren de receta médica están disponibles para prevenir o reducir la severidad de la influenza, pero algunos medicamentos antivirales solamente son efectivos contra el virus de la influenza del tipo A. Todas las medicinas antivirales deben iniciarse en las primeras 48 horas de que aparece la enfermedad para que puedan ser efectivas. Los antibióticos no funcionan en contra de los virus de la influenza y no ayudarán a que la persona se recupere de la gripa.

## ¿Cuáles son los grupos de alto riesgo para la vacuna de la influenza en Oklahoma?

– Se considera que las personas que están en los siguientes grupos tienen un mayor riesgo de complicaciones graves relacionadas a la gripa y deben ser vacunadas:

- niños de 6 a 23 meses de edad
- personas de 65 años de edad o mayores

- personas de 2 a 64 años de edad bajo condiciones médicas crónicas graves: enfermedad del corazón, enfermedad de los pulmones incluyendo el asma, enfermedad metabólica incluyendo la diabetes, enfermedad de los riñones, enfermedad de la sangre o inmunodeficiencia. La hipertensión no se considera como una condición de alto riesgo.
- personas con cualquier condición que pueda afectar la respiración tal como los trastornos que afectan las funciones del cerebro, daños de la espina dorsal, trastornos con convulsiones, u otros trastornos que afecten la función muscular y nerviosa.
- residentes de asilos de ancianos y lugares de atención a largo plazo (long term care)
- niños de 6 meses a 18 años de edad que están en terapia crónica con aspirina.
- las mujeres que estarán embarazadas durante la temporada de la influenza.

–Las personas que pueden transmitir la enfermedad a personas que tienen un mayor riesgo de complicaciones graves relacionadas a la gripa los cuales incluyen:

- trabajadores de atención médica involucrados en la atención directa del paciente.
- personas que cuidan fuera del hogar a niños menores de 6 meses de edad.
- personas en el hogar de aquellos que tienen un riesgo mayor de complicaciones, tales como los niños o adultos con enfermedades graves del corazón o los pulmones o condiciones inmunosupresivas.

### ¿Qué se puede hacer para controlar o prevenir la influenza?

Se considera que la mejor defensa contra la influenza estacional es vacunarse cada año. Las vacunas contra la influenza proporcionan protección contra dos cepas de la influenza tipo A y una cepa contra la influenza tipo B. Debido a que los virus de la influenza tienden a “cambiar frecuentemente” en su constitución genética, la composición de la vacuna cambia de año con año para atacar las cepas de los virus que se espera que circulen en esta próxima temporada. La vacuna de la influenza del 2006-2007 protege contra el virus H3N2 influenza A semejante al de Wisconsin, contra la H1N1 Influenza A semejante al de Nueva Caledonia y el virus de la Influenza B semejante al de Malasia.

Se toma de 10-14 días después de recibir la inyección de la vacuna para que su cuerpo produzca niveles protectores de anticuerpos. La inmunidad se desarrolla más rápidamente después de recibir la vacuna intra-nasal (FluMist®).

Los buenos hábitos de higiene previenen y reducen la transmisión de influenza y otros virus respiratorios:

- cubra su boca y nariz con un pañuelo desechable cuando estornude o tosa
- deshágase de los pañuelos de forma apropiada
- lávese las manos frecuentemente
- use sustancias sanitarias a base de alcohol si a simple vista las manos no parecen estar sucias

Cuando esté enfermo y tenga fiebre y tos:

- quédese en su casa y no vaya al trabajo, escuela, iglesia u otras actividades diarias fuera de la casa
- evite otras áreas concurridas o eventos tales como centros comerciales (malls) o arenas deportivas
- no visite los asilos de ancianos, hospitales u otros lugares de atención a largo plazo (long term care)
- no visite a gente que tenga un mayor riesgo de complicaciones graves relacionadas a la gripa.

### ¿Qué hay con respecto a la vacuna de la influenza por spray nasal que no requiere de inyección?

La vacuna FluMist® es la primera vacuna de la influenza en los Estados Unidos que se aplica como un spray nasal en lugar de una inyección. La FluMist® está aprobada para la inmunización activa de niños, adolescentes y adultos saludables de 5-49 años de edad. Después de vacunarse con la FluMist®, los anticuerpos que combaten la enfermedad se desarrollan en su nariz y en su torrente sanguíneo. La FluMist® está hecha de una versión debilitada de un virus vivo de la influenza, pero está diseñada para proteger el cuerpo de la gripa sin causar la enfermedad. Ya que la vacuna intra-nasal contiene un virus vivo, las personas que tienen contacto cercano con otras personas que padecen condiciones que inhiben el sistema inmunológico severamente, no deben recibir la FluMist®.

### ¿Cómo puede uno obtener la vacuna de la influenza?

Las personas deben contactar a sus proveedores de atención médica o su departamento de salud local para ver si la vacuna está disponible y para informarse sobre el horario de las clínicas.

OSDH 10/06



Acute Disease Service  
Oklahoma State  
Department of Health

Para más información visítenos en la Red Mundial:  
Servicio de Enfermedades Agudas  
Departamento de salud del Estado de Oklahoma  
Teléfono (405) 271-4060  
<http://ads.health.ok.gov>