

GRIPPE

Autores:

Med. Matías Candiotti Busaniche - Facultad de Ciencias Médicas - Universidad del Litoral – Argentina

Dr. Sergio Aquino Fornerón - Facultad de Ciencias Médicas - Universidad Nacional de Asunción - Paraguay

Introducción:

La gripe es una enfermedad infecciosa, de aparición brusca, aguda, producida por el virus de la gripe o influenza.

Generalmente se presenta en otoño o invierno. El virus tiene una amplia diseminación mundial y puede afectar a personas de cualquier edad.

Es un verdadero problema para la Salud Pública, por su amplia y rápida diseminación, pudiendo, fundamentalmente en los grupos de riesgo, presentar formas graves y mortales.

Forma de transmisión:

La transmisión de la gripe se produce por vía aérea en la mayor parte de los casos, aunque también puede transmitirse por objetos contaminados.

Las personas enfermas, al toser, hablar o estornudar, eliminan el virus junto con las secreciones respiratorias. Esas partículas generalmente son grandes y no viajan más allá de un metro pero, al secarse, pasan a ser pequeñas y quedan suspendidas en el aire en forma de aerosoles que pueden infectar a individuos susceptibles. El virus puede persistir horas en un ambiente frío y con poca humedad, lo que posibilita la transmisión. Por estas características, la transmisión predomina en ambientes cerrados en los que hay gran cantidad de personas aglomeradas y con contacto directo.

La influenza es altamente contagiosa desde un día antes de aparecer los síntomas y hasta 7 días después de los mismos.

Tras un período de incubación de 2 a 5 días, la influenza puede ir desde una enfermedad asintomática a presentar una amplia variedad de síntomas, algunos banales, pero también con formas graves, e incluso, la muerte.

Los síntomas más frecuentes son la presencia de fiebre (temperatura igual o mayor a 38 °C) de comienzo repentino, malestar general, decaimiento, dolores musculares y articulares, cefalea, dolor de garganta, tos, que habitualmente es seca e intensa al comienzo del cuadro, sensación de falta de aire o disnea, rinorrea acuosa o mucosa, obstrucción nasal.

Otros síntomas de la influenza son pérdida de apetito, ronquera, congestión ocular con lágrimas, dolor retro esternal al toser y síntomas gastrointestinales (nauseas, vómitos, diarrea).

Estas manifestaciones, son generalmente de duración limitada y el paciente se restablece en el término de dos a siete días, aunque el malestar general puede extenderse más tiempo.

Prevención:

La forma más eficaz de prevenir las complicaciones o formas graves de la enfermedad es la vacunación. Esta es especialmente importante en los grupos de riesgo. Como el virus tiene la capacidad de mutar en forma periódica, la Organización Mundial de la Salud realiza una vigilancia continua y permanente, en alianza con la Red Mundial de Vigilancia de la Gripe. La OMS recomienda anualmente una vacuna cuya composición va dirigida hacia las tres cepas más representativas que estén circulando.

Se deben vacunar aquellas personas que son consideradas grupos de riesgo para la aparición de la enfermedad o sus complicaciones.

1) Trabajadores de la salud

2) Embarazadas en cualquier trimestre del embarazo.

3) Puérperas antes del egreso de la maternidad (máximo 10 días) que no hubieran recibido la vacuna durante el embarazo

4) Niños de 6 meses a 24 meses de edad

5) Niños mayores de 2 años y adultos hasta los 64 años, inclusive, que pertenezcan a alguno de los grupos de factores de riesgo, descritos a continuación:

- Grupo 1: Enfermedades respiratorias: Tales como
 - a) Enfermedad respiratoria crónica (hernia diafragmática, enfermedad pulmonar obstructiva crónica [EPOC], enfisema congénito, displasia broncopulmonar, traqueostomizados crónicos, bronquiectasias, fibrosis quística, etc.)
 - b) Asma moderada y grave
- Grupo 2: Enfermedades cardíacas:
 - a) Insuficiencia cardíaca, enfermedad coronaria, reemplazo valvular, valvulopatía
 - b) Cardiopatías congénitas
- Grupo 3: Inmunodeficiencias congénitas o adquiridas (no oncohematológicas).
 - a) Infección por VIH
 - b) Utilización de medicación inmunosupresora o corticoides en altas dosis (mayor a 2 mg/kg/día de metilprednisona o más de 20 mg/día o su equivalente por más de 14 días)
 - c) Inmunodeficiencia congénita

- d) Asplenia funcional o anatómica (incluida anemia drepanocítica)
- e) Desnutrición grave
- Grupo 4: Pacientes oncohematológicos y trasplantados
 - a) Tumor de órgano sólido en tratamiento
 - b) Enfermedad oncohematológica, hasta seis meses posteriores a la remisión completa
 - c) Trasplantados de órganos sólidos o precursores hematopoyéticos
- Grupo 5: Otros
 - a) Obesos con Índice de masa corporal (IMC) mayor a 40
 - b) Diabéticos.
 - c) Insuficiencia renal crónica en diálisis o con expectativas de ingresar a diálisis en los siguientes 6 meses.
 - d) Retraso madurativo grave en menores de 18 años de edad.
 - e) Síndromes genéticos, enfermedades neuromusculares con compromiso respiratorio y malformaciones congénitas graves.
 - f) Tratamiento crónico con ácido acetilsalicílico en menores de 18 años.
 - g) Convivientes o contactos estrechos de enfermos oncohematológicos
 - h) Contactos de prematuros menores de 1500 g.
- 6) Pacientes mayores o igual de 65 años

Tratamiento

Si bien algunos países disponen de tratamiento antivirales específicos, estos deben administrarse con precaución, en consonancia con las indicaciones de los Ministerios de Salud o la autoridad sanitaria competente de cada país, y para grupos de riesgo o en aquellos pacientes que requieran internación.

Lo principal ante la aparición de los síntomas es consultar al profesional médico lo antes posible, NO AUTOMEDICÁNDOSE

Las medidas generales de tratamiento incluyen:

- Reposo en cama mientras se prolongue el cuadro.
- Recomendar no asistir al trabajo, escuela o reuniones sociales.
- Buena hidratación para evitar la deshidratación.
- Uso de antitérmicos como Paracetamol. No se recomienda el uso de ácido acetil salicílico.
- Practicar el lavado frecuente de manos, con agua y jabón o alcohol en gel.

- Limpieza con solución de lavandina al 1% de superficies u otros materiales que hayan tenido contacto con las secreciones respiratorias
- Cubrir la boca y nariz al toser o estornudar con el pliegue del codo o utilizar pañuelos descartables.
- Evitar ambientes cerrados.
- Mantener buena ventilación de los ambientes.