

Influenza (gripe)

¿Qué es la gripe?

La gripe es una enfermedad respiratoria muy contagiosa provocada por un virus y no se la debe confundir con la “gastroenteritis”. Provoca una enfermedad de leve a grave y puede provocar la muerte.

¿Cómo me contagio de gripe?

La gripe se contagia más fácilmente cuando una persona enferma tose, estornuda o habla y el virus ingresa a la nariz, la garganta o los pulmones de una persona. Aunque no es frecuente, la gripe puede contagiarse cuando una persona toca una superficie que tiene el virus de la gripe y luego se toca la nariz o la boca.

¿Cuándo es la temporada de gripe?

La gripe se contagia durante todo el año, pero la temporada de gripe es oficialmente desde el 1 de octubre hasta el 31 de mayo.

¿Durante cuánto tiempo puede una persona contagiarle gripe a otra?

Las personas son más contagiosas en los primeros tres a cuatro días de enfermarse. Los adultos sanos pueden contagiarle el virus a otras personas 1 día antes de que se presenten síntomas y hasta 7 días después de enfermarse. Los niños y las personas con sistema inmunitario debilitado pueden contagiar el virus durante más de 7 días.

¿Cuáles son los síntomas de la gripe?

Los síntomas se presentan alrededor de 2 días después de que el virus ingresa al cuerpo. Algunas personas pueden no presentar síntomas, pero pueden igualmente contagiarle la gripe a otros. Habitualmente los síntomas aparecen de repente y pueden comprender todos o algunos de los siguientes:

- Fiebre
- Dolor de cabeza, dolor corporal y escalofríos
- Tos
- Dolor de garganta
- Secreción o congestión nasal
- Fatiga o cansancio
- A veces, diarrea y vómitos



¿Cuál es el tratamiento para la gripe?

Algunos medicamentos antivíricos, cuando se inicia el tratamiento en el lapso de los primeros 2 días de la enfermedad, pueden reducir la duración de la enfermedad. Un médico puede recetar los medicamentos antivíricos.

¿Cuáles son las complicaciones de la gripe?

La mayoría de las personas que contraen gripe se recuperan en unos pocos días o semanas, pero algunas personas pueden desarrollar complicaciones como las siguientes:

- Infecciones en los senos paranasales y en los oídos
- Neumonía
- Inflamación del corazón, el cerebro o el tejido muscular
- Falla multiorgánica
- Empeoramiento de los problemas médicos crónicos
- Muerte

¿Quién corre riesgo de presentar complicaciones?

- Los niños menores de 5 años
- Los adultos mayores de 65 años de edad y los residentes ancianos que viven en hogares de ancianos.
- Las mujeres embarazadas
- Las personas con enfermedades subyacentes crónicas, como asma, enfermedades cardíacas y diabetes.

¿Cuándo deberán los niños o los adultos ser apartados de las escuelas o los centros de cuidado infantil?

APARTE a los niños, estudiantes y personal con síntomas similares a los de la gripe del cuidado infantil, la escuela o el trabajo hasta 24 horas después de que ya no tengan fiebre ni signos de fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles. Separe a los niños, estudiantes y adultos enfermos hasta que puedan irse a casa.

¿Por qué el Departamento de Salud investiga la gripe?

- Para hacer un seguimiento de las personas que contraen la enfermedad y para para limitar la cantidad de personas expuestas.
- Para investigar los brotes de influenza a los fines de intentar evitar más contagios de la enfermedad.
- Para identificar a las personas en riesgo de infección y hacer recomendaciones para evitar que se enfermen.
- Las escuelas, los centros de cuidado infantil y los centros de atención a largo plazo trabajan estrechamente con el departamento de salud para limitar el contagio de la influenza en sus instalaciones.

¿Cómo puedo prevenir la gripe?

- La vacunación es la forma más eficaz de prevenir la gripe.
- Todas las personas mayores de 6 meses de edad deben recibir la vacuna contra la gripe todas las temporadas.



- La vacunación para prevenir la influenza es especialmente importante para las personas que tienen un riesgo alto de tener complicaciones graves. La vacunación puede disminuir el riesgo de una gripe grave.
- Higiénicese bien las manos con frecuencia, láveselas y use desinfectante para manos.



- Si estuvo expuesto a alguien con gripe y tiene un riesgo alto de tener complicaciones, consulte a un proveedor médico. Existen medicamentos antivíricos para prevenir las enfermedades.

