

Gripe: respuestas útiles para preguntas frecuentes

La Sociedad Uruguaya de Pediatría (SUP), como todos los años, recomienda la vacunación contra la gripe y apoya la campaña que lleva a cabo el Ministerio de Salud para la temporada 2017.

En ese marco, compartiremos a continuación algunas respuestas sobre preguntas que muchas veces surgen al hablar de gripe y vacunación.

¿Qué es la gripe?

La gripe es una enfermedad muy contagiosa, causada por el virus influenza. Afecta fundamentalmente las vías respiratorias, causando fiebre, tos, dolores musculares, dolores de cabeza, dolores de garganta, mucosidad nasal y debilidad muscular y cansancio. También puede estar acompañada de diarrea y vómitos. Predomina en los meses fríos y es muy frecuente. Se estima que anualmente entre un 20% y un 40 % de la población contrae gripe (cifra aún mayor en situaciones de pandemia).

La gripe se transmite fácilmente y se disemina en la comunidad a través de las secreciones respiratorias, en las cuales el virus puede permanecer durante horas. Hay varios tipos de virus de influenza (A, B y C). Se clasifican según distintas partes virales (H y N). Estos virus (en especial los influenza A) tienen la capacidad de variar sus características antigénicas, y es por eso que escapan a la inmunidad adquirida antes por la población.

Todos los años hay casos, presentándose en la población en forma de epidemias; y si se dan ciertas condiciones (un nuevo virus, capaz de replicarse e infectar y transmitirse entre personas), se producen pandemias.

¿Quiénes pueden enfermarse?

Todas las personas pueden contraer gripe, pero se han identificado grupos que tienen mayor riesgo de desarrollar la enfermedad en forma severa y/o con complicaciones:

- Niños menores de 5 años, en especial los menores de 2 años.
- Adultos mayores de 65 años.
- Embarazadas.
- Personas con condiciones médicas que incluyen: enfermedad inmunodepresora, asma, enfermedades neurológicas, en especial neuromusculares, enfermedad pulmonar crónica, enfermedades del aparato cardiovascular, enfermedades hematológicas, diabetes, enfermedades renales y hepáticas, trastornos metabólicos, menores de 19 años que reciben tratamiento prolongado con ácido acetil salicílico, obesos.

¿Cómo podemos prevenir las infecciones respiratorias en los niños?

- Evitar exponerlos a personas enfermas o con síntomas de resfriado o gripe.
- Mantenerlos alejados de sitios con hacinamiento, con gran afluencia de gente y lugares cerrados.
- Ventilar espacios cerrados.
- Evitar la exposición a humos y en especial de tabaco.
- Lavar sus manos con agua y jabón antes y después de comer, de atender un enfermo, de cambiar pañales, luego de tocar objetos como teléfonos, celulares, computadoras, carro de supermercado, o después de viajar en autobús, volver de la calle, toser o estornudar.
- **Vacunando contra la gripe**

Vacunas contra la gripe

La gripe se puede prevenir además a través de vacunas. Las vacunas que habitualmente se utilizan en nuestro medio son inactivadas, es decir con capacidad de generar inmunidad (o sea, una respuesta del organismo a través de anticuerpos), pero que NO producen infección.

Se estima que su eficacia (capacidad para evitar enfermarse) es de aproximadamente 70%-80%. Esto implica que aún estando vacunados, puede contraerse la gripe. Pero es fundamental saber que la vacuna sí es muy eficaz para evitar las complicaciones, los casos graves y los fatales. En suma, si nos vacunamos contra la gripe, vamos a disminuir las posibilidades de engriparnos, pero sobre todo vamos a evitar las complicaciones que puede traer la infección por virus de influenza (como por ejemplo la neumonía). Esto es trascendente, especialmente, para los definidos como grupos de riesgo.

Dado que el virus de la gripe tiene elevada capacidad de variar (o sea producir mutaciones), la composición de la vacuna debe actualizarse cada nueva temporada y administrarse anualmente.

¿Quiénes deben vacunarse?

Si bien cualquier persona mayor de 6 meses que no presente contraindicaciones puede vacunarse contra la gripe, esta vacuna está especialmente recomendada para:

- mujeres que estén embarazadas (cualquier etapa del embarazo) durante el período de la campaña (puede administrarse concomitantemente con la vacuna Triple Bacteriana acelular: dpaT).
- mujeres durante los primeros 6 meses post-parto, promoviendo la vacunación de aquellas en puerperio previo al alta de la maternidad (puede administrarse concomitantemente a vacuna dpaT).
- personal de la salud, especialmente quienes estén en contacto con pacientes.
- cuidadores o acompañantes de pacientes.
- niñas y niños de 6 meses a 4 años de edad inclusive.

- personas de 65 y más años de edad.
- personal de servicios esenciales: policías, bomberos y militares.
- personal de avícolas y criaderos de aves de corral.
- personas de 5 años y más con enfermedades crónicas, especialmente portadoras de las siguientes patologías: EPOC, enfisema y asma moderada a severa. Obesidad severa: Índice de Masa Corporal igual o mayor a 40. Cardiopatías: cardiopatías congénitas, cardiopatía reumática y cardiopatía isquémica. Diabetes insulínica dependiente con comorbilidad asociada: cardiopatía, nefropatía, neuropatía, etc. Personas inmunocomprometidas: pacientes con VIH, neoplasias, enfermedades renales o hepáticas crónicas, uso prolongado de medicamentos inmunosupresores.

Se incluyen, además, las personas convivientes con estos pacientes. Enfermedades hematológicas. Enfermedades neuromusculares severas que impidan un manejo adecuado de las secreciones.

Se incluyen también niñas, niños o adolescentes que han recibido terapia con ácido acetil salicílico y pueden desarrollar el Síndrome de Reye luego de la infección por el virus de la influenza.

Comisión Directiva de la SUP