

SECRETARIA DE SALUD

SUBSECRETARIA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Preguntas frecuentes sobre influenza estacional

Operativo abril, 2009

Dirección General Adjunta de Epidemiología



Abril, 2009

Mensajes Centrales

- En los meses de marzo y abril de 2009 se ha observado en nuestro país un aumento en el número de casos de influenza estacional. Esta situación es inusual, ya que en años previos el pico de casos se ha presentado en diciembre.
- De acuerdo a los resultados de laboratorio, el virus circulante en México no es de influenza aviar; se trata del tipo de virus endémico que ocasiona brotes cada año. Además, se han presentado algunos casos de neumonía grave de rápida evolución en adultos en edad productiva.
- Ante esta situación, el Sistema Nacional de Salud ha iniciado un operativo de vigilancia epidemiológica, prevención, promoción de la salud y control para mitigar la intensificación de la transmisión de influenza estacional.

¿Este operativo es debido a la pandemia de influenza o influenza aviar?

No, se debe a un incremento inusual en el número de casos de influenza estacional

¿Qué es la influenza estacional?

Es una enfermedad viral aguda muy contagiosa que se presenta con mayor intensidad durante los meses de octubre a mayo. En general, la mayor parte de los casos se recuperan en 3 a 7 días pero los adultos mayores o personas con enfermedades crónicas degenerativas (pulmonares, cardíacas, renales, diabetes) pueden presentar complicaciones graves como la neumonía, exacerbación de cuadros de bronquitis y/o asma, sinusitis y otitis media.

Esta enfermedad es producida por los virus A, B y C de la influenza. El virus C ocasiona una enfermedad muy ligera y no ocasiona brotes o epidemias. En cambio, los virus A y B sí pueden causar dichos eventos.

El virus A es el responsable de los grandes brotes que se presentan anualmente mientras que el virus B causa brotes pequeños.

¿Es lo mismo el resfriado o catarro común que la influenza?

No; aunque ambas son enfermedades respiratorias agudas y tienen síntomas comunes, el microorganismo que causa la Influenza es diferente al que causa el resfriado o gripe común.

¿Cuáles son los signos y síntomas de la influenza estacional?

El cuadro clínico de la influenza estacional presenta:

Fiebre alta de inicio súbito (generalmente más de 38° C),
Tos
Dolor de cabeza,
Dolor muscular y articulaciones,
Cansancio intenso,
Ardor y/o dolor de garganta,
Congestión nasal

En los niños se puede presentar náusea, vómito o diarrea más frecuentemente que en los adultos.

Es frecuente que se confunda al catarro común con la influenza. La siguiente tabla muestra las diferencias en cuanto a síntomas y signos, que existen entre ambas enfermedades.

Síntomas	Catarro común	Influenza estacional
Fiebre	Es poco frecuente en adolescentes y adultos; en los niños puede llegar hasta 39°C	Generalmente mayor a 39 °C, pero puede elevarse hasta los 40° C, dura de tres a cuatro días
Dolor de cabeza	raro	Se presenta en forma brusca y es muy intenso
Dolores musculares	Leves a moderados	Generalmente son muy intensos
Cansancio y debilidad	Leves a moderados	A menudo son intensos y pueden durar dos o tres semanas
Postración	Nunca	Es de inicio brusco y muy intensa
Congestión nasal	Es frecuente	Algunas veces aparece
Estornudos	Frecuentes	Algunas veces aparece
Ardor y/o dolor de garganta	A menudo	Algunas veces
Tos	Tos leve a moderada	Se presenta casi siempre y puede ser muy intensa
Complicaciones	Congestión nasal, dolor de oído	Neumonía, que puede representar un riesgo para la persona

¿Cómo se transmite?

Los virus de la influenza estacional se diseminan al aire cuando un enfermo tose, estornuda o habla; otras personas se infectan al inhalar ese aire contaminado con los virus.

Al entrar los virus en la nariz, garganta y pulmones de una persona sana, comienzan a multiplicarse y posteriormente ocasionan los síntomas de la influenza estacional.

Los virus también pueden diseminarse cuando una persona toca con los dedos un objeto contaminado con dichos gérmenes y luego se toca los ojos, boca o nariz.

Las personas enfermas pueden transmitir los virus durante varios días; los adultos pueden contagiar a otras personas después del primer día de haber comenzado con los síntomas y hasta durante siete días. Los niños pueden transmitir los virus incluso durante más días.

¿Cuál es el periodo de incubación?

Usualmente es de dos días, pero puede variar de 1 a 5 días.

¿Quiénes tienen más riesgo de enfermarse de influenza estacional?

La influenza puede ser adquirida por cualquier persona, pero los niños menores de 5 años y los adultos mayores de 65 años tienen mayor riesgo de enfermarse y sufrir complicaciones. Las personas que trabajan en el área de salud, de turismo y escuelas también se encuentran en mayor riesgo.

¿Cómo se hace el diagnóstico de influenza estacional?

El diagnóstico de influenza se sospecha con base en los hallazgos clínicos. El diagnóstico específico se basa en el cultivo viral de secreciones nasofaríngeas obtenido dentro de los 3 días de iniciada la enfermedad, o por detección de anticuerpos séricos específicos.

¿Cómo se puede prevenir la influenza estacional?

Medidas generales:

- 1) Evitar cambios bruscos de temperatura.
- 2) Lavarse las manos con frecuencia en especial después de tener contacto con personas enfermas.
- 3) Evitar exposición a contaminantes ambientales y no fumar en lugares cerrados y cerca de niños, ancianos y personas enfermas.

Otros Hábitos Saludables

- **Si está enfermo, permanezca en casa:** Mientras esté enfermo y si le es posible, evite acudir a centros de trabajo, escuelas o lugares de concentración (teatros, cines, bares, autobuses, metro, etc). Esto evitará que otros se infecten a través de usted.
- **Cúbrase boca y nariz:** Al toser y estornudar, cúbrase la boca y nariz con un pañuelo. Esto evitará que las personas a su alrededor se enfermen.
- **Evite tocarse ojos, boca y nariz:** Los gérmenes se diseminan cuando una persona toca algún objeto contaminado y luego se toca los ojos, boca o nariz.

Vacuna

La mejor forma de prevenir la influenza estacional es mediante la vacunación. En general la vacuna es bien tolerada pero no debe aplicarse a personas con alergia a las proteínas del huevo, con antecedentes de reacción grave a la vacunación y que hayan padecido Síndrome de Guillain-Barré hasta seis semanas antes de recibir la vacuna.

¿Debo aplicarme la vacuna?

Solo está indicada en este momento a trabajadores de la salud que no hayan sido vacunados entre Octubre de 2008 y Marzo de 2009.

Actualmente ha terminado la campaña de vacunación para la población general..

¿Qué se debe hacer en caso de que usted se encuentre enfermo?

- 1) Acuda a su Unidad de Salud más cercana o consulte a su médico especialmente niños y ancianos con fiebre alta, debilidad generalizada, dificultad al respirar, tos seca persistente y dolores musculares.
- 2) No automedicarse y evite el uso de aspirinas o medicamentos similares que contengan ácido acetil salicílico (aspirina). Controle la fiebre con medios físicos. Si persisten las molestias consulte a su médico.
- 3) Permanecer en completo reposo en casa, tomar líquidos abundantes y mantener alimentación habitual y en caso de niños pequeños, mantener la alimentación de pecho materno.
- 4) Evitar lugares de alta concentración poblacional como cines, teatros, bares, autobuses, metro, etc.
- 5) Cubrir nariz y boca con pañuelos desechables al toser o estornudar y lavarse las manos para proteger a las demás personas.

- 6) No saludar de forma directa (de beso o mano) para no contagiar a otras personas.
- 7) Los niños enfermos deben evitar contacto con adultos mayores o personas con enfermedades crónicas.
- 8) Lavar los utensilios de las personas enfermas después de comer con agua caliente y jabón para matar los microbios.
- 9) Mantenerse alejado de multitudes y sitios públicos.

¿Existe tratamiento para la influenza?

Existen algunos medicamentos que pueden ser empleados en el tratamiento de la Influenza. Consulte con su médico

¿Me debo preocupar por esta enfermedad?

No, si bien la Influenza representa un riesgo potencial para la salud también es cierto que existen medidas preventivas y de tratamiento para prevenir un mayor daño.

¿Cuáles son las complicaciones asociadas a la influenza estacional?

Las complicaciones más frecuentes en niños son dolor o ardor de garganta, de los bronquios, y en adultos y niños neumonía también conocida comúnmente como pulmonía y en ciertas ocasiones puede causar incluso la muerte; las personas que tienen ciertas condiciones como el embarazo, con bajas defensas, enfermedades del corazón, cáncer, etc. pueden sufrir con mayor frecuencia alguna complicación..

¿Si viajo al extranjero puedo enfermarme de influenza estacional?

El riesgo de contagio durante los viajes o en otros lugares del mundo depende la época del año y el lugar que se visita. En los trópicos, la Influenza puede ocurrir en cualquier época del año. En regiones templadas, es más común en el invierno; de octubre a mayo en el hemisferio norte, y de abril a septiembre en el hemisferio sur.

¿Si pienso que tengo influenza estacional, que debo de hacer?

Buscar atención médica en forma inmediata.

