

GRIPPE

Enfermedad infecciosa aguda de las vías respiratorias. Causada por el virus de la gripe. Se presenta generalmente en invierno y de forma epidémica. Tiene una elevada capacidad de transmisión de una persona a otra, tanto por vía aérea como por contacto directo.

TRANSMISION

La transmisión se produce fundamentalmente por vía aérea mediante gotitas que son originadas al hablar, toser o estornudar por la persona enferma. El virus entra en la nariz, garganta o pulmones de una persona y comienza a multiplicarse causando los síntomas de la gripe.

Las personas enfermas son capaces de transmitir la enfermedad desde un día antes del comienzo de los síntomas hasta unos 3 a 7 días después del comienzo de la enfermedad. Algunas personas están infectadas pero no desarrollan síntomas, sin embargo sí que pueden transmitir la enfermedad a otros.

SINTOMAS

Los síntomas comienzan de 1 a 4 días después de que el virus entre en el organismo.

El cuadro inicial suele comenzar de forma brusca con *fiebre y escalofríos*, acompañados de *dolor de cabeza, congestión nasal, molestias de garganta, malestar general, dolores musculares, pérdida de apetito y tos seca*.

La fiebre y los dolores musculares suelen durar de 3 a 5 días y la congestión y falta de energía puede durar hasta 2 semanas.

TRATAMIENTO

El tratamiento va enfocado a tratar los síntomas de la enfermedad.

- ❖ Adoptar medida higienico-dietéticas
 - Lavarse las manos frecuentemente
 - Evitar lugares donde concurra mucha gente
 - Reposo e hidratación
 - Evitar cambios bruscos de temperatura
 - Taparse la boca al toser
 - Evitar el consumo de alcohol y tabaco
 - Acudir al médico ante cualquier complicación

- ❖ Administrar medicamentos para mejorar los síntomas (congestión nasal, dolor de cabeza, fiebre, etc.)

Los antibióticos NO son efectivos para combatir la gripe

VACUNACION

Debido a la alta capacidad de los virus gripales de variar año tras año, la vacuna se actualiza cada temporada y debe administrarse anualmente.

A las personas de riesgo se les administra de forma gratuita en los centros de salud

Grupos de riesgo:

- Mayores de 65 años
- Embarazadas
- Niños desde 6 meses a 5 años y adultos menores de 65 años, con riesgo de complicaciones derivadas de la gripe.
- Personal sanitario y otros profesionales que trabajen en entorno sanitario

¿Quién no puede vacunarse?

- Personas con alergia al huevo, con hipersensibilidad a las proteínas de huevo o que hayan tenido una reacción alérgica severa a una vacunación anterior con vacuna de la gripe
- Niños menores de 6 meses
- Si se tiene una enfermedad aguda con fiebre alta. Hay que esperar hasta que esta situación remita
- Primer trimestre del embarazo

¿Cuándo hay que vacunarse?

La campaña de vacunación para este año (2018-2019), se iniciara presumiblemente a finales de octubre (22 de octubre aproximadamente).

La vacuna comienza a hacer efecto aproximadamente a las 2 semanas después de su aplicación, por lo tanto no hay que demorarse y, se debe administrar la vacuna entre final de octubre y noviembre.

¿Cuántas dosis de vacuna son necesarias?

Una única dosis, excepto para los niños que nunca han sido vacunados, en los que se recomiendan 2 dosis con un intervalo de 4 semanas.

¿Cómo debe conservarse y administrarse la vacuna?

Conservación en nevera hasta el momento de la administración (entre 2-8°C)

En adultos se administra por vía Intramuscular o Subcutánea profunda, en el musculo deltoides (hombro) y, en niños en la parte antero-lateral del muslo.