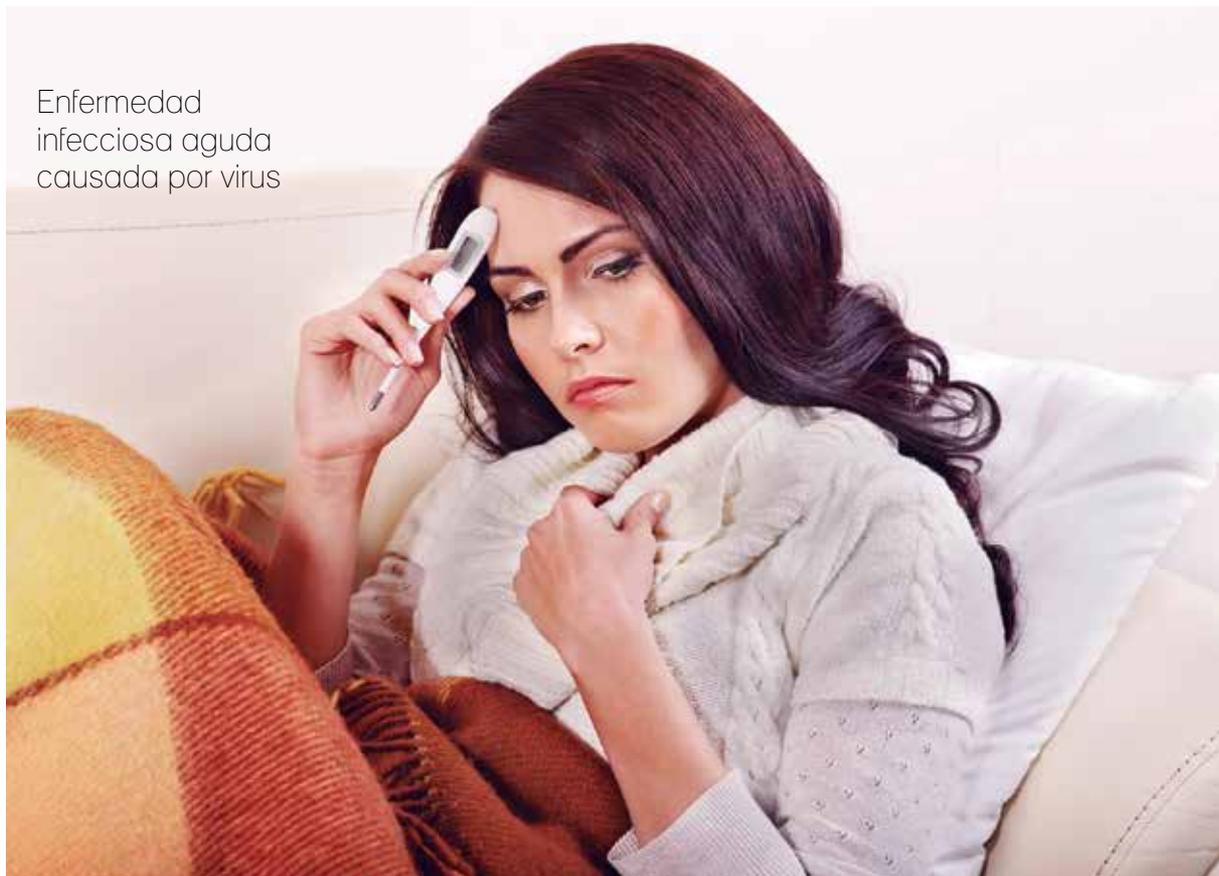


GRIPE

lo que debemos saber...

Enfermedad
infecciosa aguda
causada por virus



Dra. Ana Pedemonte
Dirección Pre Hospitalaria
CASMU IAMPP

Afecta fundamentalmente a las vías respiratorias y con frecuencia se acompaña de síntomas generales como malestar general, dolor de cabeza y dolores musculares y articulares. Con menor frecuencia puede presentar náuseas, vómitos y diarrea.

El contagio se produce sobre todo entre el segundo y el tercer día de enfermedad y puede prolongarse durante una semana.

El contagio es de persona a persona, a través de secreciones nasales o pequeñas gotitas de saliva que salen con la tos o los estornudos o solo al hablar. Otro mecanismo es a través de las manos que usamos para taparnos la boca cuando tosemos.

Habitualmente se producen más casos durante los meses fríos. Ello se asocia a que estamos más tiempo en espacios cerrados y poco ventilados, lo que favorece el contagio de persona a persona.

El diagnóstico de gripe es por la clínica. Los estudios para identificar el virus tienen interés epidemiológico y se realizan solo en los casos de pacientes que requieren internación hospitalaria.



El cuadro gripal puede clasificarse en tres tipos:

1) Gripe no complicada: Aparición brusca de un cuadro agudo con fiebre ≥ 38.5 axilar, rinitis, tos y alguno de estos síntomas: dolor de cabeza, dolor de garganta, dolores musculares y articulares, malestar general, cansancio intenso y, a veces, náuseas, vómitos y diarrea.

2) Gripe complicada: el paciente necesita ser internado en un hospital. Presenta fatiga, dificultad para respirar, frecuencia respiratoria rápida, dolor en el pecho, tendencia al sueño o depresión de conciencia, y/o descompensación de una enfermedad crónica preexistente.

3) Gripe grave: insuficiencia respiratoria severa que requiere de soporte ventilatorio en Cuidados Intermedios o en CTI, hipotensión arterial severa, compromiso renal y eventual sobreinfección bacteriana.

Las condiciones previas que presenta el paciente (**Tabla I**), son factores que aumentan las posibilidades de desarrollar una gripe grave.

Tabla I
1. Enfermedades crónicas preexistentes: cardiopatías, enfermedades respiratorias como EPOC, insuficiencia renal, hepatopatías y enfermos neurológicos
2. Diabetes
3. Edad > 65 años y < 5 años ($>$ riesgo en menores de 2 años y sobre todo en < 6 meses)
4. Embarazo (incluyendo hasta 4 semanas después del parto)
5. Obesidad mórbida
6. Inmunodeprimidos <ul style="list-style-type: none"> a) inmunodeficiencia primaria b) quimioterapia o radioterapia actual o reciente c) tratamiento inmunosupresor, o corticosteroides (≥ 40 mg de prednisona/día o ≥ 2 mg / kg / día durante en un niño, ≥ 1 semana y hasta 3 meses después de suspendido el tratamiento d) VIH con inmunosupresión grave (CD4 < 200/ml) e) etc.

La forma más eficaz de prevenir la enfermedad y sus consecuencias graves es la vacunación, la cual es efectiva luego de los 20 días de recibida.

La OMS recomienda la vacunación anual (por orden de prioridad) en:

- mujeres embarazadas en cualquier etapa del embarazo
- niños de 6 meses a 5 años
- personas ≥ 65 años
- personas con enfermedades crónicas
- trabajadores de la salud

Los síntomas suelen aparecer a las 48 horas de efectuado el contagio y la mayoría de los afectados se recuperan en una o dos semanas.

Es aconsejable el reposo, abundante ingesta de líquidos, antitérmicos (paracetamol o ibuprofeno). A los niños pequeños no se aconseja administrar aspirina porque se le ha relacionado con el Síndrome de Reye.

Al toser o estornudar, cubrirse la boca y nariz con un pañuelo descartable o con el ángulo interno del codo. Tirar a la basura los pañuelos descartables inmediatamente después de usarlos. Ventilar los ambientes. Mantener

La forma más eficaz de prevenir la enfermedad y sus consecuencias graves es la vacunación, la cual es efectiva luego de los 20 días de recibida



limpios picaportes y objetos de uso común. No compartir mate, cubiertos ni vasos. Lavado frecuente de manos.

El tratamiento es solo sintomático y en los casos graves y hospitalarios es de soporte.

Los fármacos antivirales tienen una eficacia discutida y no carecen de toxicidad. Los antibióticos solo son útiles si hay infección bacteriana asociada.

Cuándo consultar al médico:

El médico debe ser consultado si:

- Después de dos días los síntomas no mejoran
- Después de dos semanas los síntomas persisten
- Mantiene fiebre alta de 39 ° C - 40,9 ° C. Esto puede ser indicativo de otras infecciones bacterianas
- Fuerte dolor de oídos, fiebre y mareos. Puede ser una otitis media supurativa.
- Expectoración verde o amarillenta, ronquera, dolor de pecho o dificultad para respirar. Pueden indicar bronquitis o neumonía.
- Dolor en la frente, las mejillas, la mandíbula superior o los ojos. Esto podría indicar sinusitis.
- Manchas blancas en las amígdalas. Pueden indicar amigdalitis.
- Vómitos frecuentes o no quiere beber líquidos. En combinación con la fiebre puede ser muy peligroso porque corre riesgo de deshidratación.
- Ante síntomas de gripe complicada o grave.
- Ante descompensación de enfermedad crónica

Este año, en Uruguay, asistimos a un brote en el mes de mayo.



Eso motivó a nivel de Puertas de Emergencia de CASMU un aumento de 3000 consultas en ese mes.

En 1727 Emergencias se duplicaron los llamados habituales para esta época del año.

Estos hechos, sumados a que nosotros, el equipo de salud, médicos y enfermeros, también nos enfermamos, motivaron grandes dificultades en satisfacer la demanda bruscamente aumentada.

Nos sentimos en la obligación de explicar a nuestros afiliados los síntomas de la principal infección infecto-contagiosa que estamos viviendo a nivel nacional e institucional a los efectos de clarificar en qué momento debemos realizar la consulta médica correspondiente.