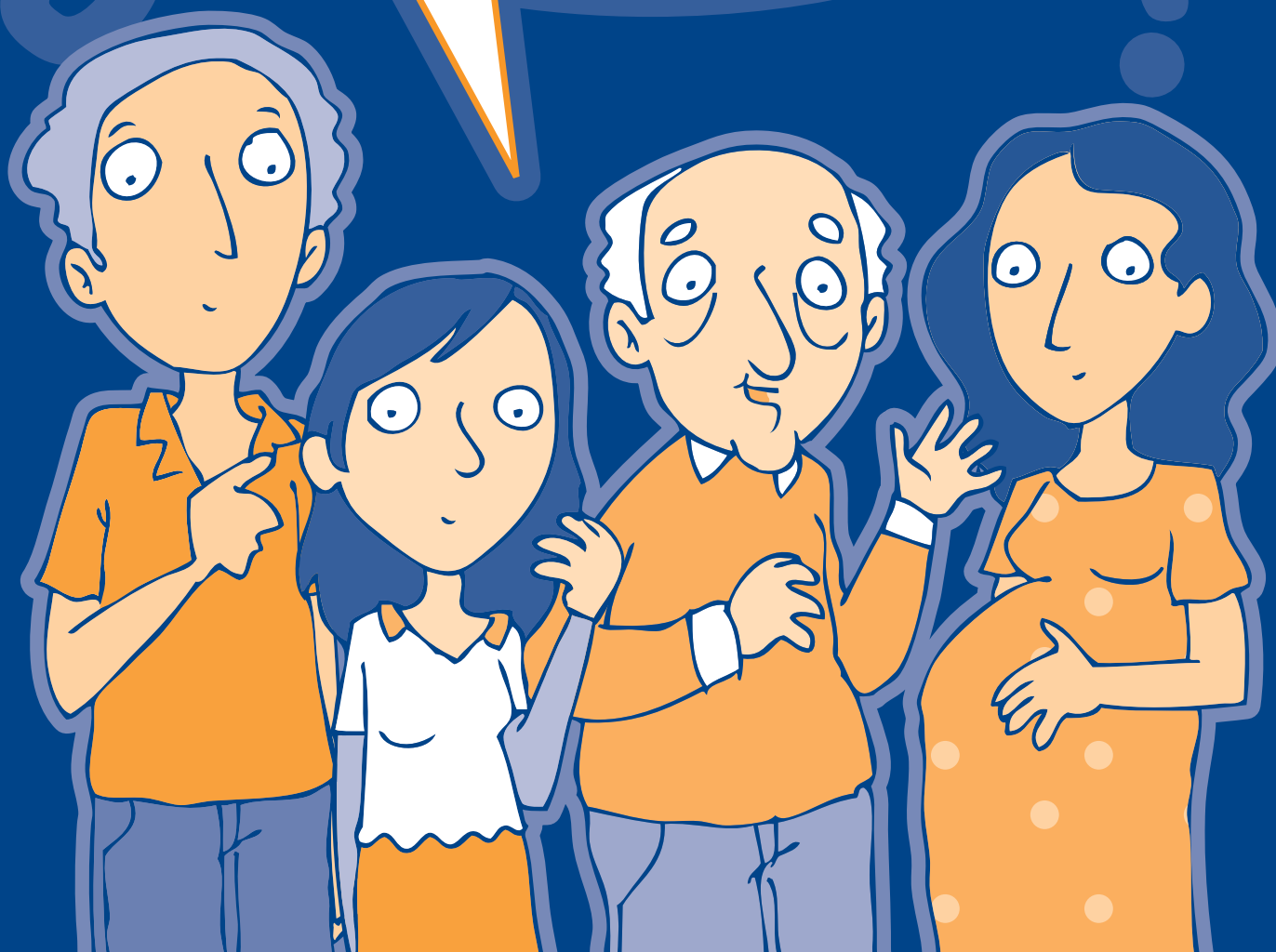


Preguntas más frecuentes sobre la influenza o gripe



Contenido

1. ¿Qué es la influenza? _____	3
2. ¿Cuántos tipos de influenza hay? _____	3
3. ¿Qué significa A (H1N1)? _____	4
4. ¿Por qué se le llamó influenza porcina a la influenza por A (H1N1)? _____	4
5. ¿La influenza es lo mismo que el resfriado común? _____	4
6. ¿Cómo se contagia la influenza o gripe por A (H1N1)? _____	5
7. ¿Dónde tengo más riesgo de contagiarme de influenza? _____	5
8. ¿Después de haber estado cerca de una persona enferma de influenza, en cuánto tiempo pueden aparecer los primeros síntomas? _____	5
9. ¿Por cuánto tiempo un enfermo puede seguir contagiando? _____	6
10. ¿Cuáles son los signos y síntomas para sospechar de influenza por A (H1N1)? _____	6
11. ¿Qué debo hacer si tengo estos síntomas? _____	7
12. ¿Cómo se diagnostica la influenza por A (H1N1)? _____	7
13. ¿Qué le pasa a las personas con enfermedades crónicas? _____	7
14. ¿La influenza se puede complicar? _____	7
15. ¿Existe tratamiento para la influenza? _____	8
16. ¿Cómo se puede prevenir y evitar la influenza estacional? _____	8
17. ¿Existe vacuna para prevenir la influenza o gripe por A (H1N1)? _____	8
18. ¿Qué medidas debe realizar la población para prevenir la influenza? _____	9
19. ¿Cuál es la mejor técnica para lavarse las manos? _____	10
20. ¿Quiénes y cuándo deben usar mascarillas? _____	10
21. ¿Se puede consumir carne de cerdo o productos derivados del cerdo? _____	11
22. ¿Qué significa la fase 5, de alerta pandémica, según la OMS? _____	11
23. ¿Qué significa la fase 6 y por qué la OMS decidió cambiar de fase 5 a fase 6? _____	11
24. ¿Cuál es la diferencia entre una epidemia y una pandemia? _____	11
25. ¿Qué medidas debo tomar si tengo un enfermo de influenza por A (H1N1) en la casa? _____	12
26. ¿Por qué no se debe concurrir a lugares con concentración de personas si estamos enfermos con influenza por A (H1N1), a pesar de que los síntomas de la enfermedad sean leves? _____	12
27. ¿Por qué se cerraron los colegios o escuelas en donde se confirmó que uno o más alumnos tenían influenza por A (H1N1)? _____	13
28. ¿Qué significa para el enfermo de influenza por A (H1N1) el aislamiento domiciliario y cuánto dura? _____	13
29. ¿Debo dejar de ir a eventos públicos para prevenir la influenza por A (H1N1)? _____	13
30. ¿Qué están haciendo las autoridades de salud de Ecuador para enfrentar la pandemia de influenza o gripe por A (H1N1)? _____	14

1. ¿Qué es la influenza?

Es una enfermedad de las vías respiratorias causada por un virus muy contagioso. Puede afectar a personas y animales (especialmente cerdos y aves).

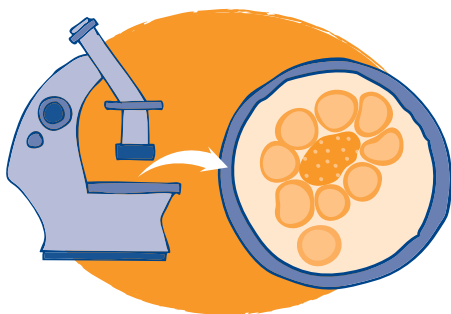
Existen tres tipos de virus (A, B, C), los cuales pueden cambiar (mutar) cada año o eventualmente mezclarse entre un virus de influenza humano con un virus de influenza animal y producir un nuevo virus (recombinación).

La influenza afecta a personas de todas las edades, y suele causar complicaciones graves e incluso la muerte en niños pequeños, ancianos o personas que tengan enfermedades crónicas.



2. ¿Cuántos tipos de influenza hay?

Influenza estacional: se produce durante algunas épocas del año, principalmente en los meses más fríos y en los países donde las estaciones climáticas son más marcadas. En los países de clima tropical es menos definida la época en que se presenta. Varía cada año por la mutación o cambio del virus. Esta influenza se puede prevenir con la vacuna anual.



Influenza o gripe por A (H1N1). Es la enfermedad causada por el nuevo virus *Influenza por A (H1N1)*. Es muy contagioso y ha causado la primera pandemia de influenza de este siglo. Actualmente no existen vacunas y la población no tiene defensas para este virus.

3. ¿Qué significa A (H1N1)?

A: tipo de virus influenza.

H1N1: Subtipo de virus

4. ¿Por qué se le llamó influenza porcina a la influenza por A (H1N1)?



Porque el virus que la causa contiene algunas características genéticas similares a las del virus del cerdo.

Actualmente, no existe evidencia de que el nuevo virus *Influenza por A (H1N1)* -que se transmite entre humanos- esté circulando entre los cerdos. Por esta razón la FAO, la OMS y la Organización Mundial de Sanidad Animal (OIE) acordaron no hacer ya referencia a la "gripe o influenza porcina", sino a la influenza o gripe por A (H1N1).

5. ¿La influenza es lo mismo que el resfriado común?

No es lo mismo. Los síntomas de la influenza son más severos que los del resfriado común y pueden afectar el cuerpo entero. El resfriado común afecta a la nariz y la garganta y comienza lentamente con dolor o molestia en la garganta, estornudos y congestión nasal.



Habitualmente la influenza comienza repentinamente con fiebre alta, dolor de garganta, tos, dolor de cabeza y decaimiento. Además, el virus que causa la influenza es diferente al que causa el resfriado común.

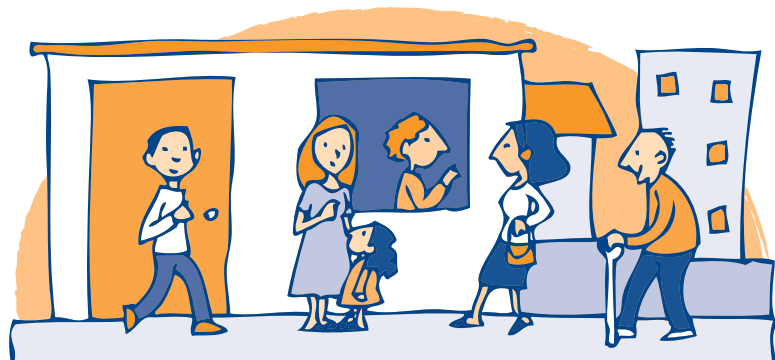
6. ¿Cómo se contagia la influenza o gripe por A (H1N1)?

Todos los tipos de influenza se contagian de las siguientes formas:

- a. De persona a persona, a través de las secreciones de nariz y boca, al toser, estornudar, hablar, cantar.
- b. Por contacto: besos, manos contaminadas por los virus de un enfermo. Por ejemplo, si un enfermo no se lava las manos y coge algún objeto, que luego es tocado por las manos de personas sanas, se contaminan. Luego, si la persona sana se toca los ojos, nariz o boca con las manos contaminadas puede contagiarse de influenza.

7. ¿Dónde tengo más riesgo de contagiarme de influenza?

En los lugares cerrados como guarderías infantiles, escuelas, asilos, albergues, sitios de concentración masiva y transporte público, cuando exista la presencia de personas con influenza que podrían transmitir el virus.



8. ¿Después de haber estado cerca de una persona enferma de influenza, en cuánto tiempo pueden aparecer los primeros síntomas?

Por lo general de 1 a 5 días, máximo 7 días.

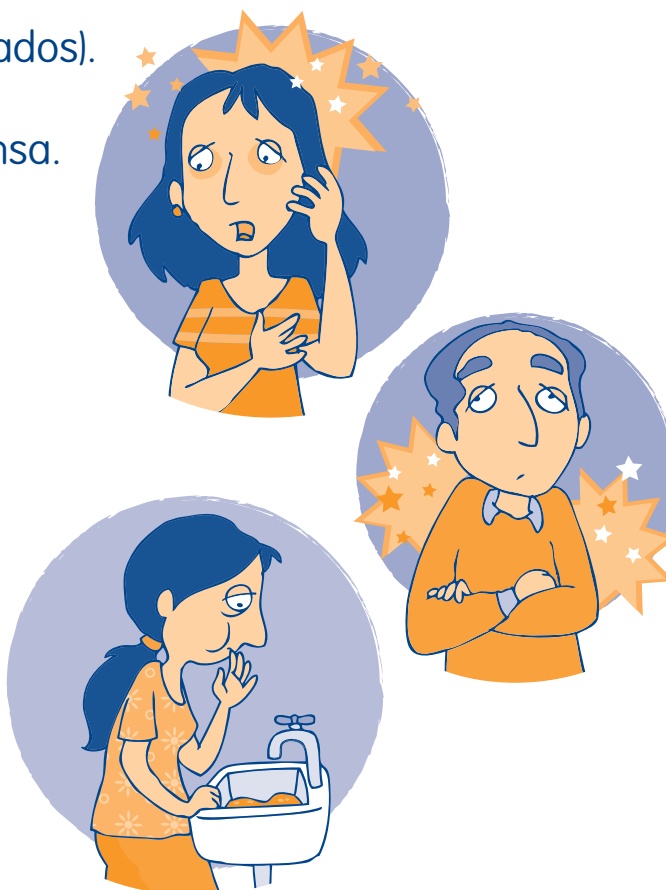
9. ¿Por cuánto tiempo un enfermo puede seguir contagiando?



Las personas con influenza pueden contagiar desde que se inician los primeros síntomas hasta 5 días después del inicio de la enfermedad. Sin embargo, los niños menores pueden contagiar hasta por 7 días. Una vez transcurridas 24 horas sin ningún síntoma, se puede regresar a las labores habituales.

10. ¿Cuáles son los signos y síntomas para sospechar de influenza por A (H1N1)?

- ⊙ Fiebre (38 o más grados).
- ⊙ Dolor de garganta.
- ⊙ Tos frecuente e intensa.
- ⊙ Dolor de cabeza.
- ⊙ Dolor del cuerpo.
- ⊙ Falta de apetito.
- ⊙ Congestión nasal.
- ⊙ Malestar general y decaimiento.
- ⊙ En algunos casos, se puede presentar vómito y diarrea.



11. ¿Qué debo hacer si tengo estos síntomas?

Si tiene los síntomas con las características señaladas en la pregunta anterior, colóquese una mascarilla y acuda al centro de salud más cercano.

12. ¿Cómo se diagnostica la influenza por A (H1N1)?

La influenza por A (H1N1) se diagnostica inicialmente mediante un análisis de los síntomas y signos, así como antecedentes de contactos epidemiológicos: persona de cualquier edad con fiebre mayor de 38 grados, dolor de garganta, tos, dolor de cabeza; que estuvo de viaje en países con epidemia o estuvo en contacto con un caso sospechoso o confirmado de influenza por A (H1N1) en los últimos 7 días. Posteriormente se realizan las pruebas de laboratorio para confirmar el diagnóstico.

13. ¿Qué le pasa a las personas con enfermedades crónicas?

La influenza pueden causar una enfermedad más grave en personas con enfermedades crónicas porque su organismo tiene las defensas más débiles. Estas enfermedades crónicas pueden ser de los pulmones, corazón, riñones, hígado, sangre y la diabetes. También incluyen el embarazo y la inmunosupresión.

14. ¿La influenza se puede complicar?

Se puede complicar porque el sistema de defensas del organismo se debilita y si no se trata adecuadamente puede infectarse con bacterias que producen neumonías graves, otitis, sinusitis, rinitis, bronconeumonía, laringitis obstructiva, o incluso la muerte.



15. ¿Existe tratamiento para la influenza?



Generalmente la influenza se trata con reposo, tomar abundantes líquidos y medicamentos para bajar la fiebre. Hay medicamentos que combaten el virus (antivirales).

Los antivirales son de uso delicado y solo el médico está capacitado para determinar si deben administrarse a un paciente. Algunos virus de la influenza desarrollan resistencia a los antivirales si se toman indiscriminadamente, limitando la efectividad de éstos para el tratamiento.

16. ¿Cómo se puede prevenir y evitar la influenza estacional?

Se ha demostrado que la mejor forma de prevenir la influenza estacional es a través de la vacunación.

La vacuna contra la influenza estacional se prepara cada año considerando los tipos de virus circulantes en el mundo. Por esta razón se administra todos los años, especialmente a las personas que tienen mayor probabilidad de tener complicaciones, ejemplo grupos de edad comprendido entre los 6 y 23 meses de edad, mayores de 65 años y personas de cualquier edad que tengan alguna enfermedad crónica.



17. ¿Existe vacuna para prevenir la influenza o gripe por A (H1N1)?

No, pero ya se ha comenzado la producción de la vacuna pandémica. La producción se tarda aproximadamente 6 meses.

18. ¿Qué medidas debe realizar la población para prevenir la influenza?



a. Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón.

b. Al toser o estornudar cubrirse la nariz y la boca con pañuelo desechable o papel higiénico.

Si no tiene pañuelo tápese con el ángulo interno del codo.



c. Si tiene influenza utilice mascarilla cuando esté con otras personas.

Cuando elimine las mascarillas y los pañuelos, póngalos en una bolsa antes de eliminar en la basura.



d. Si tiene influenza no salude de forma directa (de beso o mano) para no contagiar a otras personas.

e. Los enfermos de influenza deben evitar el contacto con otras personas. En lo posible deben mantenerse en una habitación solo para el enfermo.

f. Lavar los utensillos de las personas enfermas, con agua y jabón para matar los virus.



g. Limpiar las superficies de los muebles que puedan estar contaminados por virus de los enfermos de influenza de la siguiente manera:

19. ¿Cuál es la mejor técnica para lavarse las manos?

1. Moja y enjabona tus manos.
2. Restriega dorso con dorso, palma con palma y los dedos gordos también.
3. No olvides lavar las uñas.
4. Enjuágate bien.
5. Sécate con una toalla limpia o de papel.

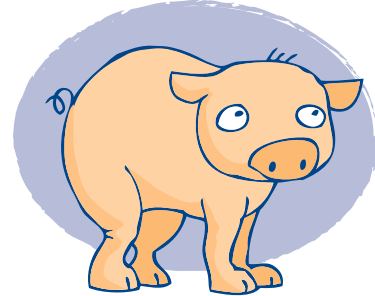


20. ¿Quiénes y cuándo deben usar mascarillas?

Las personas con sospecha de influenza por A (H1N1), los casos confirmados, las personas que en la vivienda atienden a una persona con influenza por A (H1N1) y el personal de salud que está en contacto con enfermos con síntoma respiratorios.

21. ¿Se puede consumir carne de cerdo o productos derivados del cerdo?

Sí. Basándose en los hechos y el conocimiento científico, el consumo de carne de cerdo bien cocinada no es un riesgo para los consumidores. Siempre es necesario comer la carne de cerdo bien cocinada, para prevenir cualquier enfermedad.



22. ¿Qué significa la fase 5, de alerta pandémica, según la OMS?

La fase 5 de Alerta Pandémica significa que hay propagación del virus de persona a persona en al menos dos países de una región.

23. ¿Qué significa la fase 6 y por qué la OMS decidió cambiar de fase 5 a fase 6?

La fase 6 confirma que nos hallamos ante una pandemia, según la definición de la OMS.

Las siguientes razones llevaron a la OMS a cambiar de fase 5 a fase 6:

- ⦿ El virus está circulando en más de 70 países. Se trata de una enfermedad a escala mundial.
- ⦿ La mayoría de estos países tienen, propagación a nivel comunitario, lo cual significa que no es posible detener este virus.

24. ¿Cuál es la diferencia entre una epidemia y una pandemia?

Epidemia: es el aumento inusual de una enfermedad en un tiempo y lugar determinado.

Pandemia: es una epidemia que tiene una amplia distribución en varios países del mundo.

25. ¿Qué medidas debo tomar si tengo un enfermo de influenza por A (H1N1) en la casa?

- Procure que el enfermo ocupe una zona aparte en la casa. Si eso no es posible, mantenga una separación de dos metros o más entre el paciente y las demás personas.
- Tápese la boca y la nariz cuando cuide al enfermo. Utilice mascarillas.
- Lávese las manos concienzudamente con agua y jabón después de cada contacto con el enfermo.
- Trate de mantener bien ventilada la zona donde se encuentra el enfermo.
- Mantenga limpio el entorno utilizando productos domésticos de limpieza.
- Esté atento a las indicaciones y consejos del personal de salud.

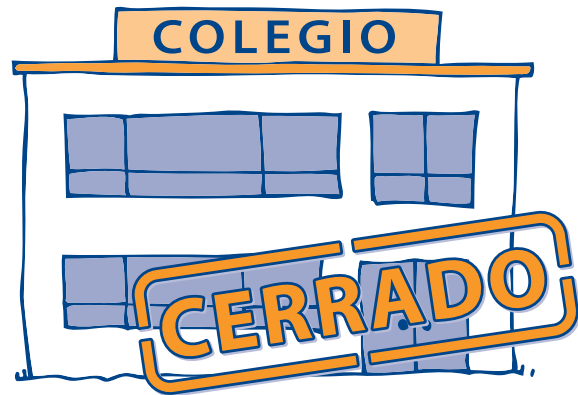


26. ¿Por qué no se debe concurrir a lugares con concentración de personas si estamos enfermos con influenza por A (H1N1), a pesar de que los síntomas de la enfermedad sean leves?

Es fundamental que una persona que haya sido confirmada con influenza por A (H1N1) o haya tenido contacto con enfermos de influenza por A (H1N1) no concurra a lugares de concentración de personas para evitar contagiar a los demás.

27. ¿Por qué se cerraron los colegios o escuelas en donde se confirmó que uno o más alumnos tenían influenza por A (H1N1)?

La suspensión de clases en escuelas y colegios en donde se confirmó que uno o más alumnos tenía influenza por A (H1N1) permitió evitar mayor contagio. Por ejemplo, los colegios suspendidos han presentado entre uno y cinco casos, a pesar de que la población en riesgo era de hasta 1500 personas. Esta medida debe complementarse con un cumplimiento efectivo de la ciudadanía en cuanto al aislamiento domiciliario, en los casos confirmados de influenza por A (H1N1) y en sus contactos cercanos.



28. ¿Qué significa para el enfermo de influenza por A (H1N1) el aislamiento domiciliario y cuánto dura?

Significa quedarse en casa, con las medidas de protección personal del enfermo (uso de mascarillas, lavado de manos) durante 7 días, que es lo que dura el período de transmisión. El aislamiento domiciliario se recomienda a enfermos que presentan síntomas leves, por lo que no ameritan ser hospitalizados.

29. ¿Debo dejar de ir a eventos públicos para prevenir la influenza por A (H1N1)?

Es importante estar atentos a las indicaciones específicas del Ministerio de Salud Pública, en relación a las medidas preventivas que se dispongan con relación a la asistencia a eventos públicos, para evitar el contagio de la influenza por A (H1N1). En general se aconseja evitar en lo posible asistir a eventos públicos en sitios cerrados.

30. ¿Qué están haciendo las autoridades de salud de Ecuador para enfrentar la pandemia de influenza o gripe por A (H1N1)?

Las actividades están encaminadas a evitar que el virus se propague al interior del país y, para provocar la menor afectación en la salud de las personas, de tal manera que el virus provoque el menor daño posible. Para eso está intensificando la vigilancia epidemiológica, preparando los servicios de atención de salud, controla los puertos, aeropuertos y pasos fronterizos, realizando exámenes clínicos a los sospechosos, preparando los laboratorios y salas de observación específicas para disminuir la diseminación del virus; comprando medicamentos paliativos y monitoreando a través de la vigilancia epidemiológica.





MÁS INFORMACIÓN:
www.opsecu.org
www.msp.gov.ec
1 800 374336



La Salud ya es de todos !



GOBIERNO NACIONAL DE LA
REPÚBLICA DEL ECUADOR

MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA



**Organización
Panamericana
de la Salud**



Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud



Ecuador, Julio, 2009