

# La influenza y la influenza pandémica

## **¿Qué es la influenza?**

La influenza es una enfermedad contagiosa causada por el virus de la influenza. En las personas, ataca la nariz, la garganta y los pulmones. Todas las personas, incluyendo las sanas, pueden contraer la influenza. A cualquier edad, los problemas graves de salud pueden surgir debido a la influenza.

## **¿Cuáles son los tipos de virus de la influenza?**

Hay tres tipos de virus de influenza: A, B y C. Los virus de influenza del tipo A pueden causar infección en las personas, aves, cerdos, caballos, focas, ballenas y en otros animales. Las aves silvestres son los huéspedes naturales de estos virus. Los virus de influenza B normalmente se encuentran en los seres humanos únicamente. Los virus de influenza del tipo C causan enfermedad leve en las personas.

## **¿Cuál es la diferencia entre la influenza estacional, la influenza aviar (gripe aviar) y la influenza pandémica?**

- La influenza anual sigue los patrones predecibles de la estación, en Texas normalmente son de octubre a marzo. Los virus que se asocian a la influenza estacional incluyen el de la influenza A, la influenza B y la influenza C. Las personas normalmente tienen algo de inmunidad acumulada debido a la previa exposición a los virus de influenza estacional que andan circulando.
- La influenza aviar (gripe aviar) es una infección causada por los virus de influenza de las aves. Estos virus de influenza aviar ocurren naturalmente entre las aves de todo el mundo. Raramente, la transmisión se hace posible de las aves enfermas o muertas hacia las personas.
- Una pandemia es un brote de enfermedad global. Una influenza pandémica se hace posible cuando un virus de influenza A, realiza un cambio drástico que resulta en un virus nuevo o novel virus contra el cual las personas tienen poca o ninguna inmunidad. El virus nuevo comienza entonces a causar una enfermedad grave, se propaga fácilmente de persona a persona y puede trasladarse alrededor del mundo rápidamente.

## **¿Cómo se contrae la influenza?**

La influenza es muy contagiosa. El contagio puede suceder al respirar hacia adentro las gotitas que se encuentran en el aire y que vienen de otras personas que estornudan, tosen o hablan. La influenza también se propaga cuando las personas tocan algo que ya trae el virus de la influenza, como una perilla de puerta o un pasamano y después se tocan sus ojos, nariz o boca. Las personas pueden propagar la influenza desde un día antes de aparecer los síntomas hasta siete días después de que se retiran los síntomas.

## **¿Cuáles son los síntomas de la influenza?**

Los síntomas de la influenza aparecen repentinamente, de uno a cuatro días después de entrar el virus al cuerpo. Estos síntomas incluyen:

- Fiebre repentina (de 100.4° Fahrenheit o más)
- Dolor de cabeza
- Cansancio, a veces extremo
- Tos seca
- Dolor de garganta
- Congestión nasal
- Dolorimiento en el cuerpo

Los niños también podrían presentar una infección en el oído, náusea o vómito. Los niños pequeños con influenza pueden desarrollar fiebres elevadas y convulsiones. Generalmente, las personas empiezan a sentirse mejor después de que la temperatura del cuerpo vuelve a la normalidad, como en el transcurso de tres días y para que puedan volver a sus actividades normales, como en el transcurso de una semana. El cansancio y la tos podrían perdurar durante varias semanas más.

### **¿Cuáles son algunas de las complicaciones causadas por la influenza?**

En personas con condiciones médicas crónicas tales como enfermedades del corazón o del pulmón, o con enfermedades del riñón o de diabetes, la influenza puede conducir a una pulmonía y a otras enfermedades potencialmente mortales. Otras personas que se encuentran bajo un elevado riesgo de complicaciones incluyen a las personas con sistemas inmunológicos débiles, a las personas de edad avanzada, a los muy pequeños y a las mujeres embarazadas.

### **¿Cómo se trata la influenza?**

Con cuatro medicinas antivirales – amantadine (Symmetrel®), rimantadine (Flumadine®), oseltamivir (Tamiflu®) y zanamivir (Relenza®) – éstas ya han sido aprobadas en EE UU por La Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos para el tratamiento de la influenza. Todas las cuatro medicinas normalmente funcionan contra los virus de la influenza A. Sin embargo, los medicamentos quizá no siempre funcionen porque las cepas de virus de influenza pueden volverse resistentes a una o más de estas medicinas. Para ser efectivos, los antivirales deberán tomarse dentro de las primeras 48 horas del inicio de los síntomas. Los antivirales no curan la influenza.

### **¿Cómo se previene la influenza?**

La vacunación es la mejor manera de prevenir la influenza y sus complicaciones severas. Tarda cerca de dos semanas después de la vacunación para que una persona esté completamente protegida. La vacuna debilitada viva que se administra en forma de atomizador nasal también se encuentra disponible para las personas con buena salud, de edades de 5 a 49 años y para las mujeres no embarazadas. Se va a necesitar crear una vacuna eficaz para igualar a la cepa del virus nuevo o novel virus que se transmite de persona a persona. Otras sugerencias para la prevención incluyen:

- Lave sus manos a menudo, especialmente después de entrar en contacto con alguien que tiene una infección respiratoria o con niños quienes contraen fácilmente los virus.

- Utilice un pañuelo desechable al toser o al estornudar y luego descarte el pañuelo.
- Evite tocar sus ojos, nariz o boca.
- Evite el contacto cercano con quienes están enfermos.
- Permanezca en casa si ya está enfermo. Tenga a los niños en casa si están enfermos.
- Limpie las superficies tales como las del baño y los fregaderos de cocina, las llaves y las superficies de barra con una mezcla de 1 parte de blanqueador de cloro para uso doméstico con 9 partes de agua.
- Cuídese usted mismo en forma física y emocional.

### **¿Cuál es la diferencia entre la influenza y un resfriado?**

La influenza y el resfriado común son dos enfermedades respiratorias, pero causadas por dos virus diferentes. A diferencia de la influenza, el resfriado común se presenta gradualmente, raramente causa fiebre y normalmente se limita a un dolor de garganta, tos, estornudo, y a una nariz congestionada o que gotea. En general, la influenza es peor que el resfriado común. Son más comunes e intensos los síntomas tales como la fiebre, dolorimiento en el cuerpo, el extremado cansancio y la tos seca, y los síntomas se presentan de manera más repentina. Los resfriados generalmente no resultan en problemas serios de salud tales como pulmonía, infecciones bacteriales o en hospitalizaciones.

### **¿Dónde puedo obtener más información?**

Comuníquese con su departamento de salud local. Información adicional sobre la influenza y la influenza pandémica la puede obtener en el sitio de Internet del Texas Department of State Health Services en [www.dshs.state.tx.us](http://www.dshs.state.tx.us), y en el sitio de Internet de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades en [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov).