

# GRIPE

## ¿Cuáles son los síntomas de la Gripe?

- 1 Fiebre (no todas las personas con influenza tienen fiebre)
- 2 Escalofríos
- 3 Dolor de garganta
- 4 Tos
- 5 Dolor de cabeza
- 6 Dolores musculares
- 7 Cansancio

## ¿Cómo puede complicarse una Gripe?

- 1 Neumonía
- 2 Bronquitis
- 3 Sinusitis
- 4 Empeoramiento de problemas médicos crónicos, como el asma y la diabetes



# LA PREVENCIÓN

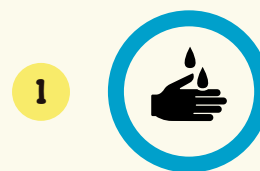
## Vacunación:



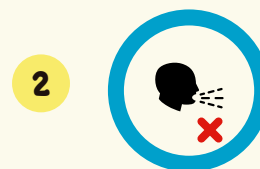
Para evitar la gripe, la mejor y más eficaz opción es la vacunación. Es la medida de prevención más importante, especialmente en las personas que corren mayor riesgo de sufrir complicaciones de la gripe y en aquellas que viven con pacientes de alto riesgo o que cuidan de ellos.

## Medidas de higiene:

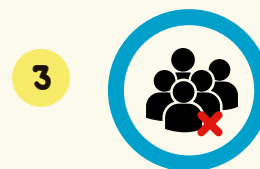
Se recomienda además llevar a cabo otras medidas de carácter higiénico para impedir el contagio:



Lavarse las manos regularmente: El virus de la influenza sobrevive hasta 3 horas en las manos y 72 horas en superficies lisas que tocamos con las manos, manteniendo por ese tiempo su capacidad de contagiar. Utilizar agua y jabón, rompe el ciclo de transmisión del virus.



Cubrirse boca y nariz: Con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo al toser o estornudar.



Evitar sitios de contagio: Una persona enferma es fuente de contagio. Al acudir a lugares concurridos puede contagiar a otras personas.

### Otras medidas para evitar el contagio son:

- 1) Limpiar las superficies de contacto (teléfonos, cubiertos, etc.).
- 2) Evitar el contacto (besos y abrazos) con personas que tengan gripe.
- 3) Evitar compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones.



# ¿Quiénes deben vacunarse?

## A GRUPOS CON RIESGO AUMENTADO DE COMPLICACIONES:

- Residentes en geriátricos o instituciones de cuidados prolongados.
- Embarazadas.
- Puérperas dentro de los 6 meses posteriores al parto.
- Niños de 6 a 24 meses.
- Personas entre 25 meses a 64 años (inclusive) con las siguientes condiciones de riesgo:

- ✓ Afecciones respiratorias crónicas.
- ✓ Afecciones cardíacas crónicas.
- ✓ Patología renal, hepática, hematológica y metabólica (Ej: diabetes crónica).
- ✓ Inmunosupresión congénita o producida por enfermedad de base como: infección por VIH, tratamiento quimioterápico o corticoides, por trasplante de células hematopoyéticas o trasplante de órgano sólido, cualquier otra causa que produzca déficit de inmunidad.
- ✓ Trastornos neuromusculares que impidan el adecuado manejo de secreciones respiratorias.
- ✓ Obesidad mórbida (> 40 IMC).
- ✓ Niños y adolescentes en tratamiento crónico con AAS (ácido acetilsalicílico o aspirina).



## B GRUPOS QUE PUEDEN TRANSMITIR INFLUENZA A PERSONAS DE ALTO RIESGO:

- Personal de la salud que preste cuidados a individuos de alto riesgo para las complicaciones de la gripe.
- Empleados de hogares de ancianos o instituciones de atención prolongada.
- Convivientes con personas de alto riesgo.



## C OTROS GRUPOS DE VACUNACIÓN:

- Viajeros de acuerdo a la época del año y al destino.
- Cualquier persona que desee evitar padecer la gripe.



### DOSIS Y VÍAS DE ADMINISTRACIÓN:

*A partir de los 6 meses de vida y hasta los 9 años:*

- Administrar 2 dosis separadas por un mes, en caso de no haber recibido nunca la vacuna antigripal previamente.

*Niños mayores de 9 años:*

- Una sola dosis.

*Revacunación:*

Debe hacerse anualmente, ya que la cepa viral cambia y el título de anticuerpos cae rápidamente entre los 9 a 12 meses posteriores a la vacunación.