

Que sabe usted sobre la Gripe A H1N1

Rosana G Corazza
Médica Pediatra
Especialista en Enfermedades Infecciosas
Corporación Médica San Martín

La actual gripe está causada por un virus nuevo que es una variante del virus Influenza A H1N1 de origen porcino y que es distinto al virus influenza humano estacional H1N1 que habitualmente afecta a la población durante la época invernal.

La Organización Mundial de la Salud el 30 de abril del 2009 decidió denominar a este virus nuevo que no había circulado nunca en la especie humana Influenza A H1N1 swl

El 11 de junio del 2009, la Organización Mundial de la Salud (OMS) elevó el nivel de alerta mundial de pandemia a la Fase 6 en respuesta a la continua propagación global del virus de la nueva influenza tipo A (H1N1). La designación de la Fase 6 indicó que se está presentando una pandemia global.

Más de 70 países están reportando ahora casos de infección humana con la nueva influenza H1N1. Este número ha ido en aumento en las últimas semanas. En su inicio muchos de los casos reportados estaban relacionados con viajes o eran brotes localizados sin propagación en la comunidad. La designación de la OMS de la Fase 6 refleja el hecho de que en la actualidad se están presentando brotes continuos a nivel de la comunidad en múltiples lugares del mundo, es decir transmisión interhumana continua

La decisión de la OMS de elevar el nivel de alerta pandémica a la Fase 6 es un reflejo de la propagación del virus, no de la gravedad de la enfermedad causada por el virus.

Para que se desarrolle una pandemia es necesario que coincidan una serie de factores

- Que se presente un agente infeccioso nuevo
 - Habilidad de infectar humanos causando enfermedad severa
 - Que presente diseminación interhumana sostenida
- A diferencia de una gripe común estacional en la que se podrán afectar hasta el 20% de la población la característica de una pandemia es que puede afectar hasta al 50% de la población.

Características de la enfermedad

La influenza A H1N1 se caracteriza por ser una gripe de alta transmisibilidad que a diferencia de la gripe estacional presenta una duración de los síntomas más prolongada que oscila en promedio de 5 a 7 días.

Se caracteriza por presentar fiebre mayor a 38°C, cefalea, dolores musculares y gran cansancio.

La mayoría de los casos son leves denotando infección por el virus y solo un pequeño porcentaje de los mismos presentará enfermedad marcada que requerirá internación y un porcentaje aún menor asistencia en terapia intensiva

con riesgo de vid. Sin embargo por un principio estadístico básico acorde al número total de afectados el número de enfermos con criterio de gravedad podría en ciertas circunstancias colapsar al sistema de salud.

¿Cómo se contagia el virus?

El virus se propaga de persona a persona. Se transmite tato o más fácilmente que la gripe estacional normal y se puede contagiar a otras personas por exposición a las gotitas infectadas expulsadas al toser o estornudar, que pueden ser inhaladas o contaminar manos y superficies.

Para prevenir la transmisión, las personas enfermas deben cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar, quedarse en casa mientras se encuentren enfermas, lavarse las manos regularmente y mantenerse a cierta distancia (1 metro) de las personas sanas en la medida de lo posible.

¿Por qué esta gripe suscita tanta preocupación, cuando cientos de miles de personas mueren cada año en las epidemias estacionales?

La gripe estacional ocurre cada año y los virus cambian cada año, pero muchas personas presentan cierta inmunidad a los virus circulantes y eso ayuda a limitar las infecciones. Además, las vacunas contra la gripe estacional reducen la morbilidad (enfermedades graves) y las defunciones.

El virus A (H1N1) es un virus nuevo frente al cual la mayoría de las personas tiene muy poca o ninguna inmunidad y, por consiguiente, este virus causa más infecciones que la gripe estacional.

La nueva gripe por A (H1N1) se está difundiendo rápidamente sobre todo entre los jóvenes (10 a 45 años). La gravedad de la enfermedad varía entre una sintomatología muy leve y un cuadro grave que puede conducir riesgo de vida..

La mayoría de quienes contraen el virus sufren la forma más leve y se recuperan sin necesidad de tratamiento antiviral. Entre los casos de mayor gravedad, más de la mitad de los hospitalizados padece algún problema de salud o presenta un sistema inmunitario debilitado

La mayoría de la gente sufre una enfermedad leve y se recupera en casa. ¿Cuándo se debe buscar atención médica?

Se debe buscar atención médica si se sufre dificultad para respirar, o si la fiebre persiste más de tres días. A los padres de niños pequeños enfermos se les aconseja que busquen atención médica si el niño presenta una respiración rápida o entrecortada o fiebre continua. Se aconseja que las embarazadas consulten inmediatamente ante la presencia de síntomas por pertenecer a grupo de riesgo incrementado. El tratamiento de sostén en el hogar -reposo, ingestión de líquidos en abundancia y uso de analgésicos es suficiente para propiciar la recuperación la mayoría de las veces. Se recomienda no utilizar aspirina.

Es necesario el uso de barbijos?

Se recomienda que las personas enfermas permanezcan en sus hogares para evitar la diseminación de la enfermedad. En caso de requerirse la salida del hogar solo las personas enfermas deberán usar barbijo para la vida en comunidad.

A nivel hospitalario el personal que asiste a estos pacientes dado el grado de exposición sostenida al que se encontrará expuesto durante la asistencia deberá de utilizar barbijo en primera instancia para protección personal y en segunda instancia a fines epidemiológicos para evitar el ausentismo en el trabajador de la salud lo cual provocaría a consecuencia mayor colapso sanitario por falta de recurso humano por hallarse éste enfermo.

Como debo higienizarme?

La higiene de manos con agua y jabón es absolutamente suficiente a nivel comunitario.

Como se realiza el diagnóstico? Es necesario realizarlo en todos los casos?

El diagnóstico específico de infección por influenza A H1N1 requiere de la realización de una técnica específica denominada PCR real time (reacción en cadena de polimerasa en tiempo real) que se realiza sobre una muestra de las secreciones del paciente. Para ello se le deben hisopar las fauces y las narinas con un hisopo especial que se introduce en un frasco con un medio de transporte y / o cultivo específico. Dichas muestras se procesarán en laboratorios especializados autorizados (Hospital Malbrán, Hospita Ricardo Gutierrez, Hospital Posadas) que cuentan con el personal idóneo y los equipamientos necesarios para su realización.

En la fase actual de la pandemia dicho análisis solo debe de ser realizado en los pacientes graves, es decir todos aquellos que requieran internación.

Que antivirales han demostrado eficacia y quienes los deben de recibir?

Existen dos antivirales que han demostrado eficacia: el oseltamivir y el zanamivir.

El oseltamivir es un antiviral que se administra por vía oral, presenta acción sistémica y ha demostrado eficacia en la reducción de los síntomas y complicaciones. El zanamivir es un antiviral inhalatorio el cual a la fecha de realización de este documento no se encuentra aún disponible en nuestro país. Se recomienda que todos los pacientes graves y ambulatorios con factores de riesgo reciban la medicación al igual que todas las embarazadas con síntomas gripales independientemente de su edad gestacional por ser éstas un grupo vulnerable, especialmente las que se encuentran en el segundo y tercer trimestre de embarazo. En los casos más leves el profesional actuante

determinará la necesidad o no de medicación acorde al cuadro clínico del paciente.

La vacuna antigripal me protege de la enfermedad?

La vacuna antigripal solo otorga protección para el virus influenza humano estacional. No se ha demostrado que otorgue protección para el virus influenza A H1N1 swl. Es conveniente sin embargo, dada la época estacional en la cual circulan las dos cepas incrementar las tasas de vacunación antigripal a fin de evitar la doble circulación viral con el propósito de proteger a las poblaciones vulnerables.

Recomendaciones generales

- Evitar el saludo de beso
- No tocarse la cara, en particular las zonas donde las mucosas están expuestas (los ojos, la boca, el interior de la nariz, el interior de las orejas).
- No compartir, cubiertos, ni bombilla de mate.
- Ventilar ambientes
- Evitar aglomeraciones de personas en ambientes cerrados no ventilados
- En caso de presentar un cuadro de fiebre alta de manera repentina, o presentar, simultáneamente, los síntomas siguientes: fiebre mayor 38°C, tos, dolor de cabeza, dolor muscular y de articulaciones, consultar al médico o a la unidad de salud más cercana.
- Abrigarse y evitar cambios bruscos de temperatura.
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón
- En oficinas, call centers y cibercafés, limpiar teclados y ratones de las computadoras con alcohol para desinfectar y evitar una posible propagación del virus, sobre todo si han sido utilizados en las últimas horas o si las utilizan muchas personas durante el día.
- No fumar en lugares cerrados ni cerca de niños, ancianos o enfermos.