

# No temas a la gripe!



Teléfono de información  
900 401 100

salud  
servicio aragonés  
de salud

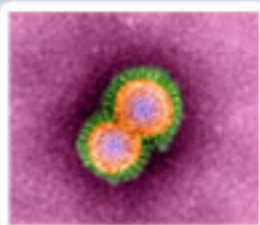
GOBIERNO  
DE ARAGON

GOBIERNO  
DE ESPAÑA

# Prevención y tratamiento para la Gripe A



# Que és la gripe A?



## Definición

- La gripe A (H1N1) de 2009 es una pandemia causada por una variante del Influenzavirus A de origen porcino (subtipo H1N1). Esta nueva cepa viral es conocida como gripe porcina (nombre dado inicialmente), gripe norteamericana (propuesto por la Organización Mundial de la Salud Animal) y nueva gripe (propuesto por la Unión Europea).
- El 30 de abril de 2009 la Organización Mundial de la Salud (OMS) decidió denominarla gripe A. Ésta es una descripción en la que la letra A designa la familia de los virus de la gripe humana y algunos animales como cerdos, aves, mientras que las letras H y N (Hemaglutininas, Neuraminidasas) corresponden a las proteínas.
- El origen de la infección es una variante de la cepa H1N1, con material genético proveniente de una cepa aviaria, dos cepas porcinas y una humana que sufrió una mutación y dio un salto entre especies de los cerdos a los humanos, y contagiándose de persona a persona.
- Además, tienen la capacidad de modificar su estructura para impedir que las defensas de un organismo tengan siempre la misma eficacia, ocasionando que los virus ataquen de nuevo con un mayor efecto nocivo para la salud.
- Es importante destacar que el brote de gripe H1N1 de 2009 en seres humanos y que se conoce popularmente como gripe porcina o influenza porcina, aparentemente no es provocado por un virus exclusivo de gripe porcina. Su causa es una nueva cepa de virus de gripe A H1N1 que contiene material genético combinado de una cepa de virus de gripe humana, una cepa de virus de gripe aviaria, y dos cepas separadas de virus de gripe porcina.
- Los orígenes de la cepa son desconocidos y esta cepa no ha sido aislada directamente de cerdos. Se transmite con mucha facilidad entre seres humanos, y lo hace a través de la saliva, por vía aérea, por el contacto estrecho entre mucosas o mediante la transmisión mano-boca debido a manos contaminadas. En la mayoría de los casos, sólo síntomas gripales leves y las personas infectadas se recuperan con reposo y antivirales.



## Síntomas



### Síntomas comunes de la enfermedad

La gripe A(H1N1) se manifiesta a través de síntomas que son muy similares, por no decir idénticos, a los de la gripe común: Entre los cuales cabe destacar

- Fiebre alta
- Tos continuada y dolorosa
- Estornudos
- Malestar general
- Dolores musculares,
- Falta de apetito
- Congestión Nasal
- Vómitos Diarrea

# Prevención

## Pasos para actuar ante los síntomas

No existe un método 100 % efectivo y seguro para prevenir la gripe A. Salvo el total aislamiento o la vacunación cuando la vacuna esta preparada y sea fiable totalmente. Las medidas de prevención adecuadas contra la gripe A son las que buscan evitar la transmisión.

En las siguientes líneas tratamos de transmitir como evitar los posibles los riesgos de contagio de una manera efectiva y fiable.

## Recomendaciones

- Consultar a un medico de forma inmediata
- Permanecer en Casa
- No automedicarse
- Usar Mascarilla y lavarse las manos continuamente
- Ventilar los ambientes
- Evitar saludar dando la mano o besando
- Limitar el contacto con otras personas
- No usar pañuelos de tela, se humedecen y pueden captar virus.
- No tocarse la boca, nariz o los ojos, y en caso de ser necesario hacerlo luego de lavarse las manos, esto es extremadamente importante ya que la gripe entra por estas vías.
- En caso de enfermarse, permanecer haciendo reposo en el hogar, y siempre acudir al médico. En caso de que usted haya tenido una gripe común evite salir a la calle en poco tiempo ya que tendrá las defensas bajas y estará muy débil para enfrentar la influenza A en caso de que se contagie.
- Limpiar más frecuentemente las superficies de muebles, pomos de las puertas, objetos... con los productos de limpieza habituales y ventilar más a menudo abriendo las ventanas.
- Si se está enfermo, evitar contagiar a otras personas siguiendo los consejos de los profesionales sanitarios.
- Lavarse las manos con alcohol o productos desinfectantes.

# Tratamiento

## Medicamentos para vencer la enfermedad

- No se dispone de información suficiente para formular recomendación alguna acerca del uso de antiviricos para la prevención y el tratamiento de la infección por el virus de la gripe porcina.
- Los médicos han de tomar sus decisiones al respecto considerando las manifestaciones clínicas y la epidemiología de la enfermedad, así como las ventajas y los inconvenientes de la profilaxis y el tratamiento para el paciente. Ante el brote que se ha declarado en inicialmente en los Estados Unidos y en México, y posteriormente en todo el mundo, las autoridades nacionales y locales están recomendando utilizar oseltamivir, zanamivir y tamiflu como tratamiento y prevención de la enfermedad en función del perfil de sensibilidad del virus.

