

Gripe: ¿qué tipo está circulando y qué medidas de prevención son necesarias?

13/04/2022



n las últimas semanas, Argentina está experimentando una circulación adelantada del virus influenza.

Desde diciembre de 2021 a la fecha, se ha detectado un aumento inusual en el número de casos de esta enfermedad, principalmente influenza A H3N2.

Entre enero y febrero de 2022 se registraron en el Sistema Nacional de Vigilancia de la Salud (SNVS2.0) **794 casos de influenza, de los cuales 385 corresponden a influenza A H3N2 y 4 influenza A H1N1.** Este aumento repentino motivó al Ministerio de Salud de la Nación a **emitir una alerta epidemiológica el pasado mes de febrero.**

De acuerdo con los datos publicados por las autoridades sanitarias, se detectaron casos en todos los grupos etarios

con mayor incidencia en niños menores de 5 años y en adultos entre 25 y 34 años en segundo lugar.

Desde que arrancó la pandemia por el COVID-19 la sociedad de prevención y cuidados que se implementaron a nivel mundial, como el uso de equipos de protección personal, las medidas de distanciamiento social y las restricciones de viaje, que contribuyeron no solo a la disminución de circulación del SARS-CoV 2 sino que, además, no se registró actividad de influenza, el virus de la gripe.

La aparición de la influenza, cómo también la bronquiolitis y neumonías, se da en escuelas, en ámbitos laborales y en reuniones en espacios reducidos con poca ventilación, y con condiciones de hacinamiento que generan escenarios ideales para la diseminación de las infecciones respiratorias.

La Fundación del Centro de Estudios Infectológicos (FUNCEI) junto a una empresa de desinfectantes recordó cuáles son las principales medidas de prevención y las características básicas de estas enfermedades: lavado de manos, desinfección de superficies y objetos, y ventilación de ambientes siguen siendo las herramientas fundamentales para impedir el avance de estas patologías.



¿Cuántos tipos de gripes hay?

La gripe es una enfermedad respiratoria causada por el **virus influenza y se transmite a través de secreciones respiratorias** de una persona infectada, vehiculizadas directamente **al toser, estornudar y hablar, o a través de manos y objetos contaminados en contacto directo con ojos, nariz o boca.**

La infección dura **generalmente una semana y se caracteriza por**

la aparición súbita de fiebre alta, dolores musculares, cefalea y malestar general importante, tos seca, dolor de garganta y rinitis. La fiebre y los demás síntomas suelen desaparecer en la mayoría de los casos en el plazo de una semana. El tiempo transcurrido entre la infección y la aparición de la enfermedad es de aproximadamente 2 días.

Existen tres tipos de gripe: A, B y C. Los virus gripales de tipo A se clasifican en subtipos en función de las diferentes combinaciones de dos proteínas de la superficie del virus (H y N). Entre los muchos subtipos de virus gripales A, en la actualidad están circulando en el ser humano virus de los subtipos **A (H1N1)** y **A (H3N2)**. Los virus de la gripe circulan por todo el mundo.

Los casos de gripe C son mucho menos frecuentes que los de gripe A o B, y es por ello que en las vacunas contra la gripe estacional sólo se incluyen virus de los tipos A y B.

Si bien la gripe puede parecer inofensiva, en personas con enfermedades crónicas puede complicarse, presentar una evolución grave, e incluso ocasionar la muerte. Las epidemias anuales de gripe pueden afectar a todos los grupos de edad, sin embargo, quienes presentan **mayor riesgo de sufrir sus complicaciones son los menores de 2 años, los mayores de 65 y las personas con determinadas enfermedades crónicas** como afecciones cardíacas, pulmonares, renales, enfermedades oncológicas, diabetes, entre otras.

¿Qué podemos hacer para protegernos?

La vacuna antigripal representa la principal herramienta de prevención, incorporada al Calendario Nacional de Vacunación desde 2011. Debe recibirse durante el otoño, antes del comienzo del invierno (etapa de mayor circulación del virus influenza). El objetivo es reducir las complicaciones,

hospitalizaciones, secuelas y mortalidad en los grupos de riesgo. Está disponible en el ámbito público y privado.

La OMS actualiza dos veces al año sus recomendaciones sobre la composición de las vacunas para que cubran los tres tipos (vacunas trivalentes) más representativos de virus en circulación (**dos subtipos de virus de gripales A y uno de virus gripales B**), de manera que la cobertura de la vacuna supera el 95%.

Las personas que deben vacunarse son: personal de salud, puérperas hasta 10 días posparto (si no recibieron la vacuna durante el embarazo), niñas y niños de 6 a 24 meses, personas adultas mayores a partir de los 65 años, personas con enfermedades o condiciones crónicas (como cardíacas, respiratorias, renales, inmunosupresión, cáncer, trasplante, obesidad y diabetes). Fuera de estos grupos de riesgo, cualquier persona que desee, puede vacunarse.

Medidas de prevención

▪ Lavado de manos

Un aprendizaje que nos dejó la pandemia es que el principal agente transmisor de estas enfermedades son las manos, dado que el contagio se produce fundamentalmente por contacto directo con superficies y objetos contaminados.

El lavado de manos es fundamental en la prevención de la gripe y de otras infecciones respiratorias. Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón en casa, en la escuela y en el ámbito laboral contribuye a disminuir las posibilidades de contagio.

Los niños pueden ser considerados los principales transmisores de la influenza en la población. Es necesario intensificar las rutinas de limpieza y desinfección para evitar la propagación de infecciones respiratorias y evitar extender el contagio

hacia otros lugares como el hogar y las familias.

▪ **Limpieza de superficies y ambientes**

Para adoptar una correcta rutina de limpieza y desinfección de los ambientes y superficies existen múltiples productos, pero primero se debe aclarar que ambos términos tienen un significado distinto.

Limpiar es remover la suciedad visible, mientras que desinfectar es cuando se eliminan los virus y bacterias presentes en el ambiente y superficies que no vemos a simple vista. Entonces, **sólo se consigue una limpieza total cuando se limpia y desinfecta.**

Para ello, es necesaria la utilización de un producto que contenga un activo desinfectante que **elimine el 99,9% de los virus y bacterias.** En este aspecto, la lavandina es un producto accesible que, usado correctamente, elimina el 99,9% de los gérmenes.

La temporada de bajas temperaturas puede poner a prueba el sistema inmunológico, pero tomando las medidas de higiene personal adecuadas y comprometiéndonos a intensificar las rutinas de limpieza y desinfección en los distintos ámbitos en los que desenvolvemos nuestras rutinas diarias se puede cortar el contagio y evitar trasladar enfermedades al hogar y las familias. Así estamos cuidándonos y multiplicando la Cadena de Protección, porque cada persona se convierte en un eslabón de la cadena y de esta forma la comunidad en su conjunto se fortalece y se hace más fuerte que nunca.

Fuente: El Sol