

# Todo lo que necesita saber para prevenir la gripe A

## **Gripe A, recomendaciones, prevenir**

Bebés ingresados, turistas retenidos, campamentos de verano infectados, presos aislados... La gripe A sigue su particular peregrinaje mientras el mundo entero cruza los dedos para que una vacuna segura y fiable llegue antes del invierno. Los grandes fabricantes de medicamentos están desarrollando dosis para el 40% de la población, a petición de la OMS. Mientras el temor a que llegue demasiado tarde crece, son muchas las preguntas que siguen preocupando a la sociedad. Juan José Badiola, experto en gripes de transmisión animal, despeja alguna de las dudas básicas sobre cómo, por qué y con quién se ceba el virus de la gripe AH1N1.

### **¿Cuál es el medio más fácil para contagiarse?**

El virus no vuela, así que la vía aérea no es la más efectiva para la transmisión. El virus salta de persona a persona mediante vía aerógena (mucosa de la nariz, boca y ojos).

### **¿Cómo se puede evitar un contagio?**

Manteniendo aisladas a las personas infectadas, lavándose las manos varias veces al día y no llevarse las manos a ojos, nariz y boca.

### **¿Cuál es el período de incubación del virus?**

El virus tarda en manifestarse de 1 a 3 días y los síntomas aparecen casi de inmediato.

### **¿Cuándo se debe empezar a tomar el medicamento?**

Únicamente cuando el médico lo recomiende porque, si todo el mundo tomara el Tamiflú, aparecería una cepa resistente al virus y el medicamento dejaría de tener utilidad.

### **¿Cómo entra el virus en el cuerpo?**

Por contacto, al darse la mano o besarse en la mejilla; por nariz, boca y ojos. El virus pasa de un cuerpo a otro por vía respiratoria. Por vía digestiva puede surgir algún caso, aunque son los menos.

### **¿Es letal?**

El virus por sí mismo no provoca la muerte, pero sí agrava una enfermedad que pueda padecer la persona infectada. Por eso, las personas con más riesgo de desencadenar un cuadro clínico grave son embarazadas, obesos y personas con enfermedades cardiorrespiratorias.

### **¿Por qué hay veces que provoca la muerte?**

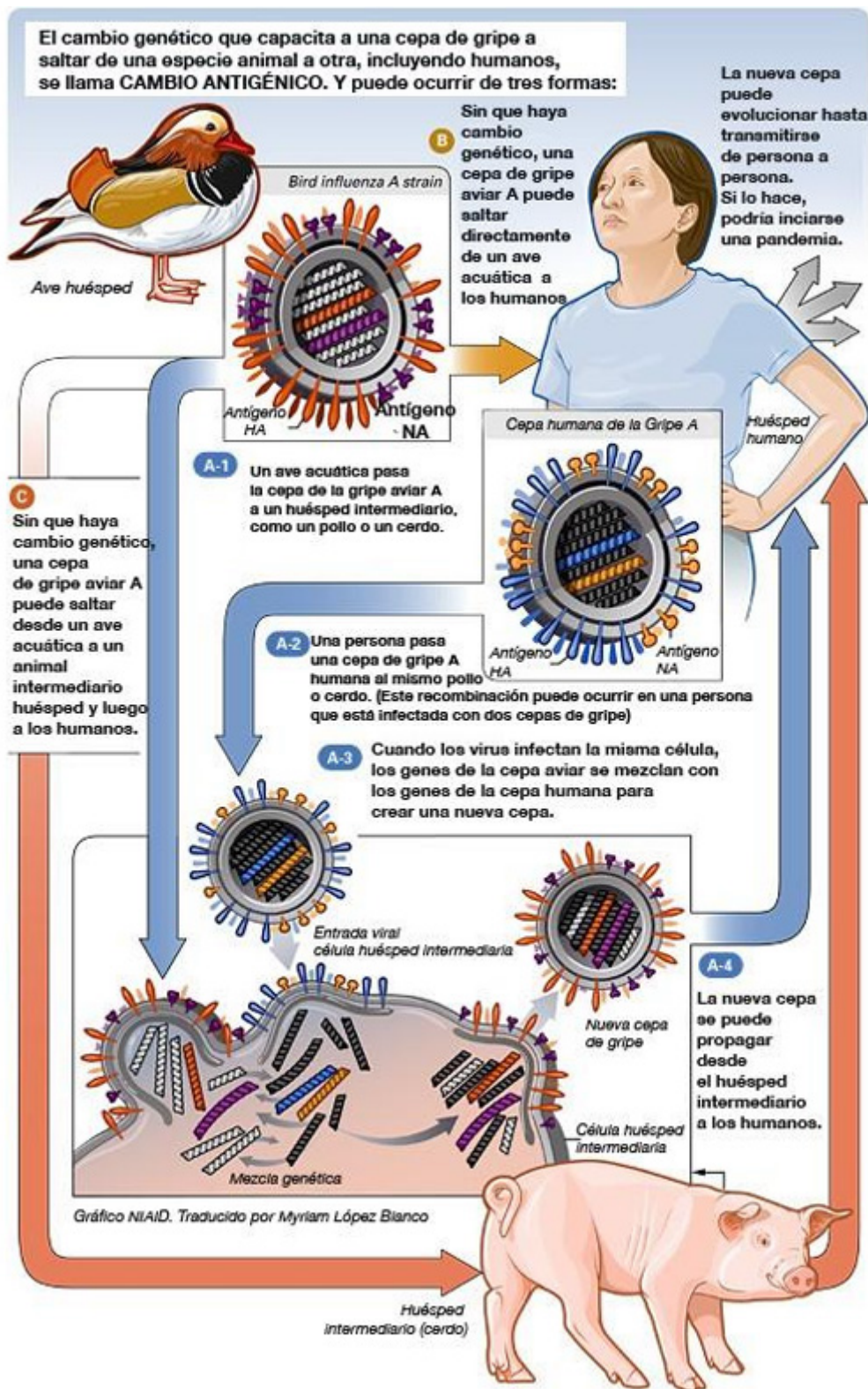
Cuando la enfermedad desencadena una neumonía (inflamación del pulmón) reaviva una insuficiencia respiratoria en el paciente que le provoca la defunción.

### **¿Qué riesgos corren los familiares de la gente que ha fallecido?**

Pueden ser portadores y formar parte de la cadena de transmisión de la enfermedad. Pero el riesgo es el mismo que las demás personas que están en contacto con personas infectadas.

¿Cuándo se inicia el contagio: antes de los síntomas o después de que se presenten?

Desde la preincubación ya se puede infectar del virus H1N1.



### **¿Cuál es la probabilidad de recaer con la misma enfermedad?**

Las posibilidades de volver a contagiarse son nulas, porque los antivirales dejan a las personas inmunes ante el virus de la nueva gripe.

### **¿Sirve de algo tomar Vitamina C?**

No sirve de nada para prevenir el contagio del virus, pero sí ayuda a resistir su ataque.

### **¿Quién está a salvo de la enfermedad, o quién es menos susceptible?**

No hay nadie a salvo. Los que parece que se infectan menos son, curiosamente, los mayores de 65 años. Posiblemente fueron vacunados en los años 50 ó 60 contra algún virus que casualmente se ha convertido en inmune contra esta nueva cepa.

### **¿El virus se mueve?**

La gripe A no tiene alas ni patas. Salta de persona a persona. Por eso, si la sociedad se toma en serio que es la responsable de cortar la cadena de contagios, se podría luchar contra el virus.

### **¿Las mascotas se pueden infectar?**

Todavía no se ha constatado ningún animal de compañía infectado por gripe A, a excepción de dos cerdos infectados en Canadá (EEUU).

### **¿El feto puede tener lesiones si su madre embarazada se contagia?**

Los cambios del comportamiento inmunológico de las mujeres embarazadas pueden afectar al feto. Rayán, el bebé prematuro fallecido por un error médico en el hospital Gregorio Marañón, es un ejemplo de niño nacido de una madre infectada por el virus y no era portador del virus. Pero todavía no se sabe los estragos que el virus puede hacer en el proceso, al ser una cepa nueva.

### **¿Sirve de algo tomar antivirales antes de los síntomas?**

Nadie debe tomar ningún antiviral sin prescripción médica. Si todo el mundo accediese al medicamento, rápidamente se crearía una nueva cepa resistente al Tamiflú y no serviría para nada, porque el H1N1 mutaría. Los antivirales sólo son curativos, pero no se deben tomar si el médico no lo considera oportuno.

### **¿Si estoy vacunado contra la influenza estacional soy inocuo al virus?**

No, porque son dos gripes distintas.

### **¿Se puede contagiar al aire libre?**

Si hay gente infectada y que tosa y/o estornude a menos de un metro y medio de ti, sí puede ocurrir, pero la vía aérea no es un medio común de contagio.

### **¿Cuándo estará el virus bajo control?**

Todavía no se sabe cuándo se controlará. Los infectados deben responsabilizarse de evitar contagiar, así como las personas más cercanas evitar acercarse a los enfermos. Además, aunque ahora se controle la epidemia, en invierno puede regresar y ser más agresiva.

**LEGANES, 2 DE AGOST DE 2009**