

# INFLUENZA



## Boletín Médico de la Asociación Venezolana para el Síndrome de Down

*La influenza es una infección viral que ataca al sistema respiratorio: nariz, garganta, bronquios y pulmones.*

Representa un gran riesgo para los adultos mayores, niños, personas diabéticas, enfermedades crónicas pulmonares y cardiovasculares y para las personas que presentan por alguna razón alteraciones en su sistema inmunológico. La mayoría de los brotes de la Influenza se presentan entre los meses de Octubre y Mayo,

alcanzando su mayor repunte entre finales de Diciembre y hasta principios del mes de Marzo.

A pesar de que algunas enfermedades intestinales entre ellas la gastroenteritis, la diarrea, náuseas y vómitos son con frecuencia asociadas con la influenza, las mismas no tienen nada que ver con ésta. La influenza no ataca al sistema digestivo.

La influenza es más severa que el resfriado común y anualmente pone en riesgo la salud y el bienestar de muchos adultos y

particularmente de niños. De hecho, son muchas las personas que mueren cada año por complicaciones derivadas de la influenza.

### INDICE

Entendiendo la influenza	1
Conociendo causas y síntomas	2
Influenza y síndrome de Down	3

Asociación Venezolana  
para el Síndrome de Down



# 2010



ESCULAPIO

Boletín Médico mensual

Volumen 10, Primera Edición

## ¿Quiénes deben vacunarse?

El riesgo de contagio de la influenza depende de muchos factores; entre ellos la edad, estado de salud, del lugar donde se viva ó se trabaje y de las personas con las que se tiene contacto. Los niños entre los 6 y los 23 meses de edad y las personas mayores de 65 años presentan mayor riesgo de complicaciones ante un cuadro de influenza y por esta razón deberían vacunarse. También el riesgo de influenza y sus complicaciones se incrementa cuando las personas residen en ancianatos u otros centros de atención, Si la persona presenta afecciones crónicas entre ellas cardíacas, pulmonares (incluyendo fibrosis quística y asma), enfermedades metabólicas como la diabetes, anemia ó problemas hematológicos, cuando la persona presenta un sistema inmunológico debilitado, como es en el caso de las personas con transplantes, bajo terapias inmunosupresoras, síndrome de Down, personas sometidas a tratamientos largos con esteroides, los menores de 18 años bajo tratamiento con aspirina prolongado, personas con VIH ó SIDA

## Razones para no vacunarse

En ocasiones, para algunas personas no se recomienda recibir la vacuna de la influenza y algunas razones para ello son: Si se tuvo alguna reacción adversa a la vacuna en el pasado, si la persona es alérgica a la clara de huevo (las vacunas son creadas usando huevo como medio de crecimiento).



## RECONOCIENDO LOS SINTOMAS DE LA INFLUENZA

Puede ser difícil saber si una persona presenta un cuadro de influenza ya que muchos de sus síntomas son similares a los de un resfriado común. Un resfriado común es una infección viral que ataca a las membranas que revisten a la nariz, la garganta y a las vías respiratorias de los pulmones.

Entre los síntomas más comunes tanto de la influenza como de los cuadros de resfriado común se incluyen:

- Dolor e irritación en la garganta,
- La congestión nasal y rinorrea,
- Estornudos,
- Ronquera,
- Tos
- Fiebre

En el caso de la Influenza, los síntomas específicos que presenta incluyen:

- Fiebre, 38.3° C ó superior,
- Escalofríos ó sudoración,
- Dolor muscular,
- Dolores de cabeza intensos,
- Acentuados signos de fatiga y debilidad.

Los síntomas de la influenza generalmente se presentan de manera repentina, posterior a su período de incubación, el cual oscila entre uno y cuatro días. Las personas suelen sentirse peor ante un cuadro de influenza que ante un cuadro de resfriado común. Pero en la mayoría de los casos podría experimentarse una mejoría significativa después de pasada una semana a diez días de haberse presentado el cuadro, a menos de que se presenten otras complicaciones tales como la neumonía, la bronquitis u otra infección pulmonar.

## GENERALIDADES Y CAUSAS.

Estamos expuestos a la influenza cuando otra persona nos tose ó estornuda cerca de nosotros.

También cuando tocamos algo con lo que la persona infectada haya tocado. Por esta razón es que la influenza es una infección que se extiende rápidamente, y particularmente en lugares con congestión de personas, escuelas, guarderías u hogares de cuidado, oficinas, ancianatos y el transporte público. Una vez que la persona ha contraído la infección, ésta puede propagarse a otros aun antes de que la persona portadora de la infección presente síntomas e inclusive, hasta después de una semana de que los síntomas hayan desaparecido. La influenza es aun más contagiosa durante el período en el que la persona presenta cuadro febril.

Existen tres tipos ó nombres del virus: Influenza “A” “B” Y “C” que ocasionan la influenza. El conocido como tipo “A” es conocido por ser el responsable de las epidemias que aparecen cada cierto tiempo. El tipo “B” ocasiona brotes más pequeños y localizados, mientras que el tipo “C” es el menos común y únicamente ocasiona síntomas muy leves.

El tipo “C” es un virus bastante estable, mientras que los tipos “A” y “B” son virus que presentan constantes cambios ocasionando otros tipos de influenza con ligeros cambios de

año en año, resultando en nuevas epidemias cada cierto tiempo.

Desde el punto de vista de lo que podemos hacer en materia de prevención, además de vacunarnos contra la influenza, podemos contribuir a propagar la infección tomando algunas precauciones bastante sencillas:

- a.- Como las vacunas cambian anualmente, debemos vacunarnos cada año, aproximadamente en el mes de Octubre, cuando aparecen las nuevas cepas. De esta manera contribuimos a combatir mutaciones en el virus.
- b.- Alimentarnos saludablemente. Tener un adecuado descanso y ejercitarnos con regularidad.
- c.- Lavarnos frecuentemente las manos.
- d.- Cubrir la boca y la nariz con un pañuelo cuando estornudamos o tosemos.
- e.- Quedarnos en casa cuando hemos contraído la infección.
- f.- Evitar estar en contacto con personas enfermas, particularmente las personas de alto riesgo.
- g.- No visitar a pacientes hospitalizados, ancianatos, escuelas ó guarderías cuando estamos enfermos.
- h.- Tomar medicación antiviral.

## LA INFLUENZA Y EL SINDROME DE DOWN

Las personas con síndrome de Down, presentan por su condición, un sistema inmunológico más debilitado y por ende una menor capacidad de respuesta ante las infecciones y es por esta razón por la cual es una población para la cual se recomienda primordialmente la vacunación así como también extremar las medidas de prevención.

En el caso de la gripe H1N1, es una pandemia que viene haciendo aparición en todo el mundo. También ante esto, las personas con síndrome de Down pueden presentar mayor riesgo.

Como se ha citado a lo largo de este material, hay personas que se encuentran en condiciones particulares de salud, y dentro de este grupo también se encuentran las personas con síndrome de Down, por lo que debe considerarse tratamiento para prevenir la enfermedad en desarrollo, si tienen contacto cercano con personas que presentan la infección ó el tratamiento temprano con medicamentos antivirales en caso de que desarrollen los síntomas de la enfermedad. En cualquiera de estos casos debe buscarse asesoramiento inmediato.

### PARA SABER MÁS CONSULTA:

Centro Médico Down AVESID. Caracas:  
- [www.avesid.org](http://www.avesid.org)

Down 's Syndrome Association & Down 's syndrome Medical Interest Group. Reino Unido.  
[www.pandemicflu.direct.gov.uk](http://www.pandemicflu.direct.gov.uk),  
Teléfonos: 0800 1513 513