



Indiana State Department of Health

Epidemiology Resource Center

Información breve

Acerca de...la gripe

¿Qué es la gripe (influenza)?

La gripe es una enfermedad causada por los virus de la gripe que infectan las vías respiratorias. La enfermedad puede ser leve o grave, y puede ocasionar la muerte en algunas personas. A pesar de que algunos pueden infectarse con la gripe, los mayores, los niños pequeños o cualquiera con otros problemas de salud tienen más riesgo de hospitalizaciones y complicaciones. Todos los años, 3 000-49 000 personas mueren a causa de la gripe y las complicaciones de la enfermedad. Aproximadamente el 90% de las muertes relacionadas con la gripe se producen en personas mayores de 65 años.

La gripe es una enfermedad que no se informa, de manera que no se puede realizar un seguimiento de la cantidad de casos.

¿Cuáles son los síntomas de la gripe?

Los síntomas, por lo general, son:

- fiebre
- escalofríos
- dolor de cabeza
- tos
- dolor de garganta
- dolores musculares
- a veces diarrea y náuseas en los niños

Los síntomas, por lo general, comienzan a los 1-4 días después de la exposición y pueden durar 2-7 días. Las complicaciones pueden incluir pulmonía, hospitalización y muerte.

¿Cómo se propaga la gripe?

La gripe se propaga por el contacto cercano con las personas que contrajeron la gripe o por el contacto con superficies u objetos que tienen el virus de la gripe. La infección se puede producir cuando el virus de la gripe entra en contacto con los ojos, la boca o la nariz y por aspirar gotas de estornudo o tos. Las personas pueden propagar el virus a los demás aproximadamente un día antes de que observen síntomas y hasta siete días después de enfermarse. **Eso significa que puede propagar la gripe a otra persona antes de enterarse de que está enfermo, como también mientras está enfermo.**

¿Quién está en riesgo de contraer la gripe?

En los Estados Unidos, un 5% a un 20% de las personas promedio contraen la gripe y más de 200 000 personas se hospitalizan por las complicaciones relacionadas con la gripe estacional. Algunas personas, como las personas mayores, los niños pequeños, las embarazadas y las personas con ciertos problemas de salud tienen mayor riesgo de complicaciones graves por la gripe. Algunos de estos problemas de salud son:

- asma
- problemas neurológicos y de neurodesarrollo
- enfermedades pulmonares crónicas
- enfermedades cardíacas
- enfermedades sanguíneas
- problemas endócrinos (ej. diabetes)
- problemas renales o hepáticos
- problemas metabólicos
- sistemas inmunológicos debilitados debido a la medicación o la enfermedad, como el VIH/SIDA
- personas menores de 19 años que están con un tratamiento con aspirina a largo plazo
- personas con obesidad mórbida

¿Cómo sé si tengo gripe?

Un profesional médico puede diagnosticar la gripe al observar los síntomas. Tal vez se realice un hisopado de la nariz para comprobar si existe el virus de la gripe.

¿Cómo se trata la gripe?

Por lo general, la gripe se trata con medicamentos para bajar la fiebre, gotas para la garganta o la tos, agua y mucho reposo. Si se realiza el diagnóstico al comienzo de la enfermedad, un médico puede recetar medicamentos antivirales contra la gripe (ej. oseltamivir, zanamivir o peramavir).

¿Cómo se previene la gripe?

La mejor manera de no contraer la gripe es vacunarse cada año antes de que comience la temporada de la gripe. Debido a que los virus de la gripe cambian con

el tiempo es importante vacunarse todos los años. Cada año la vacuna se reformula para incluir los tipos de virus de la gripe que los científicos estiman estarán y ocasionarán la enfermedad en la temporada de gripe. La vacuna comienza a protegerlo a los pocos días de vacunarse, pero no será completamente eficaz sino 14 días después de la aplicación. Es importante una buena higiene respiratoria para evitar la propagación de TODAS las infecciones respiratorias, incluso la gripe.

- Use el codo o el antebrazo en lugar de las manos o un pañuelo para cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar. De inmediato, deseche cualquier pañuelo en el bote de basura. Procure no tocarse los ojos, la nariz o la boca. Muchas enfermedades se propagan de esta manera.
- Para lavarse las manos después de toser o estornudar, lávelas con agua y jabón, o use un artículo de limpieza a base de alcohol si no hay agua disponible.
- Evite el contacto directo con las personas que están enfermas.
- Si contrae la gripe, no vaya a trabajar, a la escuela ni a reuniones sociales. Esto evitará que los demás contraigan la enfermedad y le permitirá realizar el reposo necesario.

Toda la información presentada tiene como fin el uso público. Si desea más información, consulte: <http://www.cdc.gov/flu/> o el sitio web sobre la gripe de ISDH en <http://www.in.gov/isdh/25462.htm>. Estos sitios están disponibles solamente en inglés.

Esta página se revisó por última vez el 1º de julio de 2015.