



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

El Departamento de Salud

HECHOS

sobre el gobierno del Condado de Sedgwick

La Influenza (La Gripe)

Enero 2014

¿Qué es la influenza?

La influenza (la gripe) es una infección viral de la nariz, la garganta, los tubos bronquiales y los pulmones. Hay diversos tipos de la gripe que tienden a cambiar cada año.

¿Quién puede contraer influenza?

Cualquier persona puede contraer influenza (inclusive personas sanas). Problemas graves por la influenza pueden suceder a cualquier edad. Las personas mayores de 65 años, las personas de cualquier edad con condiciones médicas crónicas y niños muy pequeños son más propensos a desarrollar complicaciones por la influenza. La neumonía, la bronquitis y las infecciones del oído y sinusitis son tres ejemplos de complicaciones de la gripe.

¿Cuándo ocurre la influenza?

La mayoría de las veces, la influenza ocurre durante los meses del invierno. Ciertas enfermedades con síntomas similares pueden ocurrir en los meses de verano, pero son causados más a menudo por otros virus.

¿Cómo se extiende la influenza?

La influenza es transmitida por el contacto con los fluidos (gotitas) de la nariz y la garganta de una persona infectada mientras tosen y estornudan. La influenza es sumamente contagiosa.

¿Cuales son los síntomas de la influenza?

Frecuentemente los síntomas de la influenza incluyen:

- el dolor de cabeza
- la fiebre (mayor de 100.4 F o 38 C)
- el cansancio (puede ser extremo)
- tos seca
- garganta adolorida
- la congestión nasal
- el dolor de cuerpo

Los síntomas gastrointestinales son raros. La mayoría de las personas con la gripe están típicamente enfermas por unos cuantos días, sin embargo, algunas personas pueden desarrollar enfermedades más graves, tales como la neumonía y pueden requerir hospitalización.

¿Que tan pronto aparecen los síntomas después de contraer la influenza y que tan largo es una persona contagiosa?

Usualmente los síntomas aparecen entre el primer y el tercer día después de ser contagiado. Una persona infectada con la influenza es habitualmente contagiosa desde un día antes que aparecen los síntomas y puede durar hasta una semana.

¿Hay un tratamiento para la influenza?

La influenza es causada por un virus, de modo que antibióticos (tal como la penicilina) no son efectivos para curarlo. Hay prescripciones y drogas antivirales que los médicos pueden recetar para disminuir la duración de los síntomas. Estas medicinas no disminuyen las complicaciones graves de la influenza y deben ser administradas dentro de las 48 horas del comienzo de la enfermedad.

¿Qué debe hacer usted si llegara a contraer la influenza?

Contacte a su proveedor médico primero si usted tiene los síntomas del resfrío o la gripe y cree que requieren la atención médica. Descanse mucho, tome muchos líquidos, evite tomar alcohol y fumar, y use aspirina o acetaminofén para reducir la fiebre. Debido al riesgo de Síndrome de Reye, la aspirina y otras medicinas que contienen salicilato no deben ser dadas a los niños.

¿Existe alguna manera de prevenir la influenza?

La vacunación rutinaria (vacunas contra la influenza) es la manera más efectiva de controlar la influenza. Como las cepas de influenza varían año tras año, es importante recibir una vacuna cada año. Aquellas personas que reciben vacunaciones anuales tienden a sufrir leves formas de la enfermedad y tienen menos probabilidades de ser hospitalizadas por complicaciones.

El Departamento de Salud del Condado de Sedgwick también recomienda los siguientes pasos para ayudar prevenir la transmisión de la influenza:

- Lavarse las manos frecuentemente
- Cubrirse la boca al toser o estornudar
- Comer alimentos saludables
- Descansar lo suficiente
- Quedarse en casa cuando esté enfermo para evitar la transmisión del virus



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

El Departamento de Salud

HECHOS

sobre el gobierno del Condado de Sedgwick

La Influenza (La Gripe) - Página 2

Enero 2014

¿Quiénes deben ser vacunados?

Todas las personas a partir de los 6 meses de edad deberían recibir la vacuna a no ser que su doctor recomiende lo contrario. La vacuna contra la influenza es especialmente importante para las siguientes personas:

- Niños desde los 6 meses a 5 años de edad.
- Personas mayores de 65 años de edad;
- Personas con ciertas condiciones medicas crónicas:
 - Enfermedad crónica del corazón
 - Asma
 - Diabetes
 - Enfermedades de la sangre o riñones
 - Enfermedad crónica de los pulmones
 - Enfermedad crónica neurológica
 - VIH/SIDA o cualquier condición que debilita el sistema inmune
- Mujeres embarazadas o que piensan quedar embarazadas durante la estación de influenza;
- Personas viviendo en asilos (enfermerías) o residencias para cuidado de ancianos;
- Niños y adolescentes (6 meses a 18 años de edad) que están recibiendo un tratamiento a largo plazo con aspirina y quienes están en riesgo de contraer el síndrome de Reye después de tener la infección de la influenza;
- Nativos americanos/nativos de Alaska
- Personas q son obesas (IMC>40)
- Personas q vivan o que cuiden a niños menores de 5 años y adultos mayores de 65 años, con énfasis en los que tienen contacto con bebes menores de 6 meses;
- Personas en el hogar que tienen contacto frecuente con las personas de alto riesgo y que pueden transmitirles la influenza;
- y
- Trabajadores de la salud.

Para mas información:

El Departamento de Salud del Condado de Sedgwick
316-660-7300

El sitio web del Condado de Sedgwick:
www.sedgwickcounty.org

Para las últimas actualizaciones de la influenza en Kansas,
visita el sitio web:
<http://www.kdhe.state.ks.us/flu/index.html>