

INFLUENZA

La influenza es una enfermedad de las vías respiratorias febril y muy contagiosa, provocada por un virus perteneciente a la familia orthomixoviridae. Puede llegar a ser grave sino se trata de forma adecuada.

Factores de riesgo

Se ha observado que las personas con obesidad mórbida tienen una fisiología respiratoria restrictiva, es un factor de riesgo frecuentemente reportado.

Principales grupos de edad vulnerables

Niños de seis meses a cinco años de edad y adultos de más de 65.

Enfermedad autolimitada

Más de la mitad de los pacientes presentan enfermedad autolimitada, es decir, sin requerir tratamiento médico.

En los casos complicados, la sintomatología debe mejorar dentro de las primeras 72 horas de iniciado el tratamiento, en caso contrario se deberá manejar de acuerdo a las recomendaciones de una enfermedad progresiva.

Formas de contagio

El que ha estado expuesto directamente con una persona aparentemente contagiada de influenza, sobre todo si estornudó, salpicó saliva, tosió, o bien, a través del contacto con áreas contaminadas; el virus puede permanecer vivo en estas zonas inclusive por horas.



Durante las pandemias de influenza se ha observado un incremento de mortalidad de mujeres embarazadas, este grupo se considera de riesgo en epidemias anuales de influenza estacional, por ejemplo: de octubre a mayo.

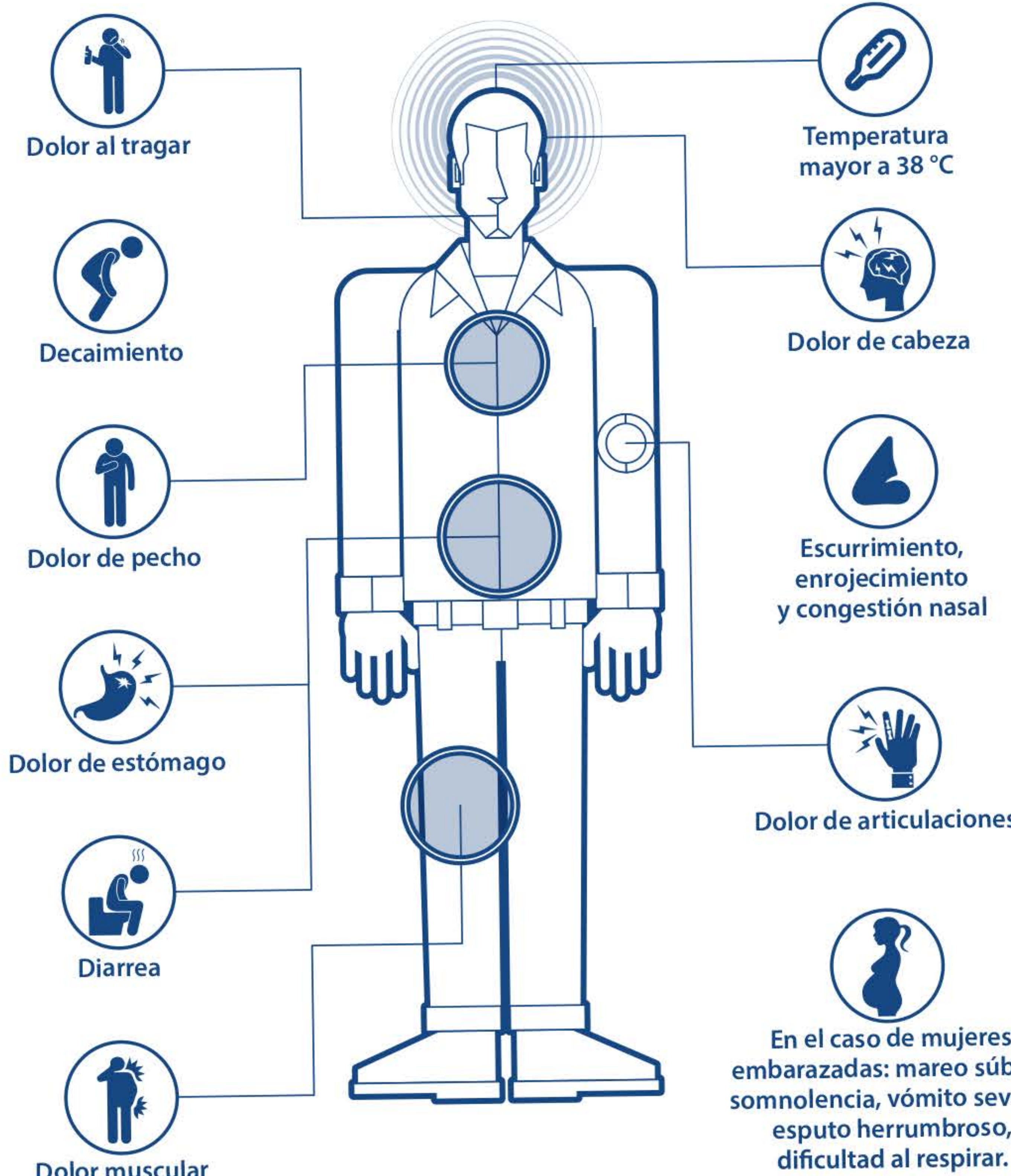
El tabaquismo puede facilitar la infección por influenza a través del daño a la estructura o integridad de la anatomía respiratoria, o bien, a través del trastorno de respuesta inmune.

¿A quiénes se les recomienda un tratamiento antiviral?



- ✓ Niños menores de 2 años de edad
- ✓ Adultos mayores de 65 años
- ✓ Personas con enfermedad pulmonar crónica, cardiovascular (excepto hipertensión), renal hepática, hematológica (incluida anemia falciforme), trastornos metabólicos y enfermedades neurológicas y del neuro-desarrollo, de la médula espinal, del nervio periférico y musculares
- ✓ Pacientes con inmunosupresión
- ✓ Embarzadas o mujeres en el posparto (dos semanas después del parto)
- ✓ Personas de 19 años de edad en tratamiento de terapia a base de aspirinas
- ✓ Personas con obesidad mórbida y residentes de asilos de ancianos

Síntomas



Recomendaciones para quienes tienen influenza

Acudir con el médico, no automedicarse, aislarse de lugares públicos, utilizar cubrebocas, no saludar ni de beso ni mano, descansar, tomar abundantes líquidos, lavarse las manos, utilizar pañuelos al estornudar, guardar reposo.

¿Cómo prevenir la influenza?



Consumir líquidos abundantes



Comer frutas y verduras



Mantener una dieta sana y balanceada



Evitar exponerse a cambios bruscos de temperatura



Abrigarse bien



Evitar el contacto de personas con gripe



Lavarse las manos después de haber estado en un lugar concurrido