



Influenza

Serie de Educación de Paciente MU

Definición:

La influenza, comúnmente conocida como la gripe, es una infección viral aguda que afecta al sistema respiratorio. La gripe ataca a los pulmones, nariz y garganta. Los síntomas de la gripe son similares a los del resfriado común. La gripe es altamente contagiosa y puede transmitirse a través del aire o por contacto directo.

CAUSAS:

El virus de la influenza viaja por el aire al toser, estornudar o exhalar. Usted puede contraer el virus del aire, a través del contacto directo con una persona infectada o al tocar un objeto que fue tocado por una persona con gripe. Cuando toca el virus, puede luego tocarse los ojos, la nariz o la boca y antes de que lo sepa, ¡está enfermo de gripe!

¿Quién está en alto riesgo de contraer la gripe?

La influenza es más frecuente en otoño e invierno. Todo el mundo es más susceptible durante estas estaciones. Además de la época del año, hay otros factores que pueden aumentar el riesgo de contraer la gripe. Algunos de estos factores incluyen:

- Edad (niños pequeños y adultos mayores de 65 años son más susceptibles)
- Embarazo
- Sistema inmunológico debilitado
- Ciertas condiciones de vida que involucran a muchas personas viviendo juntas
- Ciertas condiciones médicas crónicas

SIGNOS / SÍNTOMAS:

Aproximadamente tres días después de haber estado expuesto al virus de la influenza, usted empezará a mostrar síntomas. Al principio, los síntomas pueden parecerse a los de un resfriado normal.

Eventualmente empezará a experimentar algunos de los siguientes síntomas más graves:

- Fiebre alta
- Tos seca
- Dolores musculares
- Escalofríos
- Sudores
- Fatiga
- Debilidad
- Congestión nasal
- Dolor de garganta
- Nariz que moquea
- Dolor de cabeza

TRATAMIENTO / CUIDADO:

Por lo general, la gripe se trata con mucho descanso y líquidos. El virus sigue su curso y sus síntomas mejorarán pronto. En algunos casos, se utilizan medicamentos antivirales para acelerar el tiempo de recuperación. También se pueden utilizar analgésicos y antipiréticos para aliviar sus síntomas. No le dé aspirina a niños o adolescentes. Aunque es poco frecuente, existe el riesgo de desarrollar el síndrome de Reye, una afección muy grave.

PREVENCIÓN:

La medida preventiva más eficaz para la gripe es la vacuna contra la influenza. Se ha encontrado que la vacuna puede prevenir del 70% al 90% de todas las enfermedades de influenza. Esta vacuna puede ayudarle a evitar el virus y sus posibles complicaciones. Otras medidas preventivas incluyen:

- Lavarse las manos
- Evitar a los que están enfermos
- Cubrirse la boca al toser o estornudar, y lavarse las manos después
- Evitar las multitudes durante las temporadas de gripe fuerte
- Utilizar pañitos cuando se suene la nariz



LLAME A SU PROFESIONAL DE ATENCIÓN DE SALUD SI:

La gripe generalmente sigue su curso y después de descansar un poco, debe volver a la normalidad. Pero en algunos casos surgen complicaciones. Si está experimentando cualquiera de estos síntomas, asegúrese de contactar inmediatamente a su proveedor de salud:

- Fiebre de más de 103° F (39.4°C)
- Dificultad para respirar
- Cansancio inusual o confusión
- Vómitos
- Diarrea repetida

EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD:

Medline no practica la medicina, y ninguna información presentada en este sitio web es un consejo médico o pretende sustituir el consejo de un médico. Toda la información en este sitio web acerca de las condiciones médicas proviene de fuentes de acceso público.