

**juventud
rebelde**

www.juventudrebelde.cu

INFLUENZA A (H1N1)

1 GENERALIDADES

¿QUÉ ES LA GRIPE?

Es una enfermedad epidémica aguda, acompañada de fiebre y con manifestaciones variadas, especialmente catarrales.

¿QUÉ ES LA INFLUENZA?

Es una enfermedad de las vías respiratorias altas (nariz, garganta, laringe) muy contagiosa, ocasionada por el virus de la influenza, que pueden ser de tres tipos: **A, B y C**.

A Afecta a mamíferos (incluidos los humanos) y a las aves. Ha causado las principales pandemias. Se clasifica de acuerdo con las proteínas de su membrana y las combinaciones pueden ser desde **H1N1** hasta **H16N9**.

B Afecta a humanos y focas. No ha causado epidemias.

C Afecta a humanos y cerdos. No es común, puede causar epidemias.

2 TRANSMISIÓN

¿CÓMO SE PRODUCE EL CONTAGIO?

CIRCUNSTANCIAS

Tos y estornudos



Contacto cercano



Grupos compactos



VÍAS DE CONTAGIO



Boca



Nariz



Ojos

3 SINTOMATOLOGÍA

SÍNTOMAS

Por lo general los síntomas clínicos son parecidos a los de la gripe común.



Ardor y dolor de garganta.



Fiebre superior a 38°C.



Secreción nasal, dolor de cabeza.



Dificultad para respirar.



Malestar general que puede llevar a la postración.



Pueden presentarse náuseas, vómitos o diarreas.

4 MEDIDAS A TOMAR



Cubra su nariz y la boca con un pañuelo o papel cuando tosa o estornude. Lave con agua y jabón el pañuelo o tire el papel usado a la basura.



Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca, esta es la manera en que se propagan los gérmenes.



Ventilar la casa y los centros de trabajo, mantener una distancia mínima de 1 m de las demás personas. Evitar los sitios muy concurridos.

(H1N1)



Si no tiene pañuelo o papel, tosa o estornude en la manga de su camisa o en el ángulo del codo, nunca en sus manos.



No saludar de beso y de mano. Evite o minimice el contacto cercano con las personas enfermas.



Extremar las medidas de higiene y limpieza en casa sobre todo cuando las personas se mantienen más en ella. El virus es muy sensible al jabón, al alcohol y al cloro.



Mantener limpios los objetos inanimados de uso común y todo lo que toquemos con las manos, a fin de disminuir la adherencia del virus en las superficies inanimadas.



Lave con frecuencia las manos con agua y jabón, en especial después de toser o estornudar.



En caso de que presente **PIEBRE** y al menos dos de los síntomas mencionados

ACUDA AL MÉDICO

y recuerde no automedicarse.



Evitar escupir en el suelo o en otras superficies expuestas al medio ambiente.



Si usted está embarazada y vive con una persona que tiene Influenza A (H1N1), o tiene contacto cercano con ella, pregúntele a su médico qué medicamentos puede tomar para prevenir la influenza.

Infografía: Arnaldo Morán López

La influenza es una enfermedad peligrosa y hay que acudir inmediatamente al médico ante cualquier síntoma y evitar automedicarse **Autor:** Arnaldo Morán López **Publicado:** 21/09/2017 | 04:51 pm

La maldita enmascarada

El virus de la Influenza A (H1N1) cada vez es una amenaza mayor, que los cercanos aires invernales pueden espolear. Esa enfermedad asoma arropada con síntomas de patologías habituales

Publicado: Sábado 03 octubre 2009 | 10:26:35 pm.

Publicado por: Dora Pérez Sáez, Lisván Lescaille Durand, Mayte María Jiménez, Ana María Domínguez Cruz, Luis Raúl Vázquez Muñoz

La pequeña Zahily Sabrina asimiló la lección cual si fuera una tonada tarareada en su círculo infantil: «Si estornudo o toso, me tapo la boca; debo lavarme las manos frecuentemente, mantenerme aseada y con ropas limpias... para evitar el A (H1N1)». Esas notas, repetidas cada mañana al salir de casa, suponen la actitud preventiva adoptada por su familia contra una pandemia que puede asomar arropada con síntomas de patologías comunes.

En el ambiente escolar donde se desenvuelve la pequeña, en el extremo más oriental del país, algunos de sus compañeritos de preescolar han causado baja temporal aquejados con gripe, abundantes secreciones nasales, catarro y otros padecimientos respiratorios. Mientras, las autoridades de Salud de la provincia enfrentan un alza de este tipo de enfermedades que mantiene congestionados a la mayoría de los centros asistenciales.

¿Cómo discernir, alertar o actuar a tiempo cuando aparece ese virus con rostro aparentemente inofensivo?

Como si la crisis económica que afecta en mayor o menor medida a todos los países

no fuera suficiente, el mundo se vio asediado desde comienzos de este año por una nueva enfermedad: el virus de la Influenza A (H1N1), inicialmente identificada como gripe porcina.

Luego de la errónea matanza masiva de ejemplares de esa especie, las investigaciones demostraron que el virus sufrió una mutación, al saltar desde los cerdos a los humanos, y su contagio se propagó de persona a persona.

En Cuba son frecuentes las enfermedades respiratorias, las que constituyen un factor de riesgo de la pandemia. Esta realidad puede agudizarse ahora que se aproxima el invierno. De ahí que el conocimiento y la disciplina vayan de la mano en la contienda por impedir el progreso de la infección.

Un sondeo realizado por **JR** en Ciudad de La Habana, Ciego de Ávila y Guantánamo permitió conocer qué percepción se tiene sobre los síntomas de la enfermedad, así como de las medidas para evitar su propagación. Entre los entrevistados hubo quienes quedaron perplejos ante la sola mención de la epidemia, e incluso algunos todavía la asocian con cerdos y hasta con palomas.

Albin González, joven custodio de 25 años, rápidamente reconoció que la Influenza A (H1N1) se propaga por el aire, al toser o estornudar sin taparse la boca y la nariz. «Es como una gripe, da fiebre muy alta, y hay que ir rápido al médico para que te pongan en cuarentena».

Junto a varios estantes de libros de uso en la céntrica esquina de 23 y F, en el capitalino barrio del Vedado, el octogenario Ramón García mostró sus manos llenas de polvo. «En cuanto llego a mi casa me las lavo» —dijo— y recordó que en un inicio se consideraba que la influenza provenía de los puercos. «Es como una gripe común, que da fiebre. Asumo que se transmite a través de la saliva y de la poca limpieza de los

utensilios de cocina; esas serían las vías principales».

A cualquiera le puede tocar

Mientras atendía al público que gusta de un café en las mañanas, José Carmenate, trabajador por cuenta propia, comentó que jamás ha descuidado la limpieza de los vasitos donde oferta el humeante líquido.

«La influenza se transmite como todas las gripes; hay que lavarse las manos constantemente, no besar a nadie, no visitar a personas que estén enfermas. Yo no le doy la mano a nadie mientras trabajo. Lo demás, el polvo de la calle, es inevitable».

Pero algo más que el polvo preocupaba a no pocos de los encuestados, quienes miran con asombro cómo las medidas de higiene que toman en sus casas, palidecen ante la suciedad y la acumulación de desechos en algunas calles.

En las afueras del hospital ginecobstétrico Ramón González Coro, tras una consulta de rutina, Ileana Arteaga reposaba en un muro antes de emprender el regreso a su casa.

Consciente de que su embarazo supone un agravante ante la infección, se mostró molesta ante el abandono de la limpieza en algunas instituciones públicas.

Su criterio coincidió con el de Yanisey Bello Armenteros, técnica en Bibliotecología del municipio de San Miguel del Padrón, quien aseguró que una poca higiene ambiental contribuye a la presencia de los virus. «Lo más importante es que si el entorno de uno no tiene higiene, poco se podrá avanzar», acotó.

En la Dirección Municipal de Educación de Plaza de la Revolución, Nidia López, recepcionista, fue una de las pocas personas encuestadas que no conocía nada de la enfermedad. Curiosamente, al explicarle en qué consistía, aseguró que la limpieza del teléfono, objeto de uso común, era una de sus prioridades cotidianas.

Fue ella la única persona que mencionó esta práctica como una de las medidas de higiene destinadas a evitar la enfermedad, más allá de las consabidas en el ámbito personal, como lavarse las manos o cubrirse la boca al toser.

Muy pocos mencionaron otras medidas que se han orientado, como reforzar la limpieza de objetos de uso común: picaportes y barandillas, juguetes, teléfonos y cortinas, así como no compartir vasos ni cubiertos.

También la idiosincrasia del cubano puede a veces jugarnos una mala pasada. Así como mostramos nuestro afecto con besos y abrazos, ese contacto desmesurado contribuye, sin quererlo, a propagar enfermedades como esta.

En opinión de Mónica Gil Chirino, estudiante de cuarto año de Economía en la Universidad de La Habana, ser cariñoso forma parte de la identidad de los habitantes de esta Isla, hasta el punto de que aun conociendo la existencia de la enfermedad y la divulgación de las medidas, nadie ha dejado de hacerlo. «Solo si alguien está enfermo, te advierte que no te acerques».

El comportamiento irresponsable de quienes desatienden las medidas orientadas para prevenir la influenza A (H1N1) también preocupa a Flora Castellanos, educadora de un círculo infantil en la ciudad de Guantánamo, quien ve con alarma cómo, «a pesar de los alertas y la rectitud del reglamento escolar, algunos padres envían a sus críos a los círculos con afecciones gripales evidentes; algunos lo asumen como algo lejano, asociado a otros países».

Según la doctora Silvia Rosich, quien labora en el policlínico Héroes del Moncada, en el municipio de Plaza de la Revolución, el cubano es disciplinado y a la vez temeroso.

«En ocasiones acuden a consulta tan solo después de tres horas de fiebre —narró—; nadie se está confiando. Eso es bueno, porque demuestra la preocupación de las personas, y este virus, como en todos los procesos respiratorios, es altamente contagioso».

«Todo el que llegue con fiebre y haya tenido contacto con alguien proveniente del extranjero durante un período de 15 días, se ingresa. Si el ingreso es domiciliario u hospitalario dependerá del cuadro clínico del paciente y de factores epidemiológicos.

El control sanitario internacional establecido en fronteras (aeropuertos y puertos) exige de la aeronave y de los viajeros declaraciones personales de no portar enfermedad infecciosa, y luego se comprueba por los escaner de temperatura, ubicados en los aeropuertos. La vigilancia epidemiológica determina si hay necesidad de ingresarlo en un hospital o no.

Invierno peligroso

Históricamente las variantes de Influenza A han sido las de mayor importancia epidemiológica pues, comparadas con otros virus, estas han originado pandemias alarmantes. Al tener una mayor tasa de mutación tienen lugar continuas

recombinaciones genéticas que dan origen a nuevos tipos, los cuales pueden ser más resistentes.

Según explicó el doctor Gustavo Kourí, director del Instituto de Medicina Tropical

Pedro Kourí (IPK), cada año en el mundo circulan la influenza H3N2 y la H1N1.

Conocidas como influencias estacionales, las tradicionales gripes de invierno afectan a todos los continentes y junto a la neumonía constituyen la quinta causa de muerte a nivel mundial.

Pero desde el pasado mes de abril en el mundo se originó una nueva versión del A (H1N1) que había provocado, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), 4 108 fallecimientos y al menos 343 298 infectados, convirtiéndose en una pandemia muy peligrosa que ya se extiende por más de 190 países.

Las investigaciones indican que la influenza del tipo A es un virus que afecta a los mamíferos y las aves. En el caso del cerdo, este comparte en su tracto respiratorio receptores donde se multiplica el virus, por lo que de infectarse con un virus aviar y uno humano, ocurre una recombinación de los genes de ambos virus; así puede surgir un nuevo virus transferible al humano, y que luego se transmite de humano a humano.

—**¿Cuáles son los peligros de este virus para la salud humana?**

—La influenza puede ocasionar por sí misma una neumonía, o complicarse con una infección bacteriana. De cualquier manera resulta peligrosa para la salud, máxime cuando nos encontramos ante un nuevo virus contra el que los seres humanos no tienen defensa, pues mutó de otra especie.

«Una de las preocupaciones es que este virus está afectando de manera más agresiva a las mujeres embarazadas y a los niños con algunas discapacidades, y aún no se ha podido determinar porqué.

«Por ello se indica por el Ministerio de Salud Pública (MINSAP) una vigilancia extrema con este grupo de personas. Si alguien siente cualquiera de los síntomas de una gripe, debe acudir de inmediato al médico. Cuba tiene el privilegio de contar con un sistema de salud gratuito, por lo que nadie debe privarse, ante cualquier duda, de acudir a su centro hospitalario.

«En el IPK tenemos el equipamiento necesario para detectar los casos de Influenza A (H1N1), a pesar de que ha sido una tecnología muy costosa. Se debe seleccionar el caso sospechoso para evitar la propagación en una comunidad, y concentrar la atención en los lugares donde el virus aparece por primera vez».

—Si la persona queda infectada con una de las variantes del virus, ¿queda inmune a otras versiones del A (H1N1)?

—Ante una infección por influenza la persona no queda inmune a todas las variantes, y si se infectara con la misma, no se sabe por cuánto tiempo puede estarlo. Hay que recordar que durante las temporadas invernales aumenta la afluencia de estos virus en el ambiente y por tanto el número de enfermos y variantes del virus es más amenazador.

—¿Cómo está preparado el país desde los tratamientos para enfrentar esta epidemia?

—En Cuba se emplea el Tamiflú, que bien utilizado previene cuadros severos, y hasta el momento no ha habido resistencia alguna.

La doctora Betsy Acosta, responsable del Laboratorio Nacional de Referencia del Virus de Influenza, asegura que este es un nuevo virus y por tanto no se conoce del todo.

—¿Cuándo comienza y termina el período de transmisión?

—Se plantea que la transmisión puede iniciarse hasta dos días antes de aparecer los síntomas y hasta el final de los síntomas de esa enfermedad.

Mientras más lejos más cerca

Una parte de los encuestados por este diario lamentó no poseer información suficiente y clara del comportamiento de la enfermedad en Cuba, así como de aspectos que incluyen los medicamentos aplicados y las medidas cuando ya está identificado el virus en una persona.

Asimismo señalaron la ausencia de un trabajo profiláctico y sistemático a nivel local, que involucre a autoridades sanitarias y organizaciones de masas, con lo cual, refirieron, aumentaría el nivel de preocupación y conocimiento del tema en la población.

No pocos señalaron que en el caso de otras epidemias como el dengue, la labor educativa ha sido más estable. No hacerlo así en el caso de la influenza A (H1N1) es quizá una de las causas por la que muchos la perciben como algo ajeno a nuestra realidad.

Para otros el A (H1N1) «es cosa de roce con extranjeros y relaciones con aeropuertos», como expresó el cuasi ingeniero agrónomo Juan Emilio Cala, de Guantánamo.

Susana Valdivia Márquez, jubilada de 66 años, siempre ha confiado en nuestro sistema de salud. «Presumo que todo está bajo control, pero me preocupa mucho que se baje la guardia. La información sobre la enfermedad no ha sido constante. El dengue es muy divulgado, pero del “A1 ese” se sabe esporádicamente».

También Orlando Barreto, pailero de la Empresa de Construcción y Montaje Especializado en Ciego de Ávila, piensa que las medidas tomadas son suficientes, pero

se debe informar más. «Las autoridades de salud tienen que meterse, más en la base, deben aparecerse en las cuadras y en los matutinos para dar charlas».

Cuando Yuniór Correa, de 34 años, arribó a la Terminal de Ómnibus de la capital, proveniente de Santiago de Cuba, ya había recibido bastante información sobre la enfermedad, gracias a los carteles colocados dentro de la guagua, y que los pasajeros leían con avidez.

«Allá había escuchado del virus, pero aquí la información es mayor. Lo he leído además en las guaguas de transporte urbano, y hay un cartel en la misma terminal».

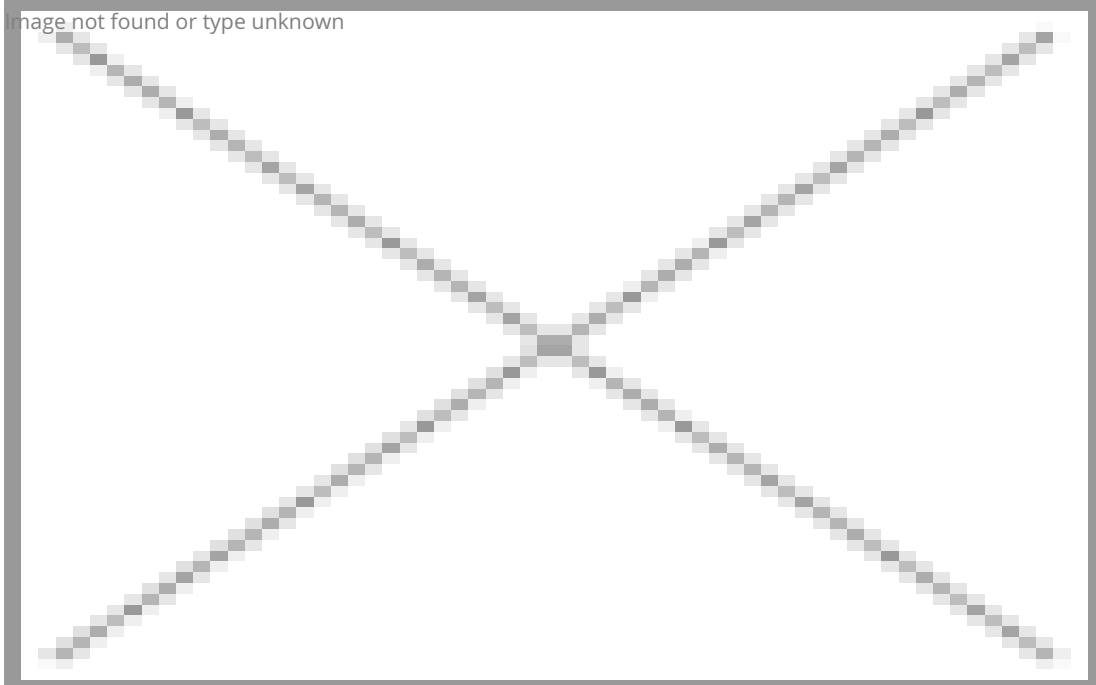
Sin embargo, no todos se disponen a leer esos carteles educativos.

De los más de cien encuestados por este diario, solo Carlos Mateo, ingeniero de 32 años, supo enunciar correctamente una de las medidas más simples, y gracias, precisamente, a esos carteles en los ómnibus.

«¿Que cómo me tapo la boca cuando toso o estornudo? Con el ángulo del codo, poniendo la cara entre el brazo y el antebrazo. No como normalmente lo hacemos por educación, porque a través de la mano, seguimos transmitiendo el virus».

Agradecemos la colaboración del equipo de investigaciones de JR: Sara Cotarelo, Nelly Osorio y Elayna Espina.

Image not found or type unknown



<http://www.juventudrebelde.cu/cuba/2009-10-03/la-maldita-enmascarada>

Juventud Rebelde | Diario de la juventud cubana

Copyright © 2017 Juventud Rebelde