

Qué es?

Es una enfermedad producida por virus influenza A H1N1, del mismo género que el virus de la gripe estacional (gripe común).

Qué síntomas presenta?

La gripe A (H1N1) es una enfermedad que cursa de forma leve en la mayoría de las personas, y con los síntomas de la gripe común: fiebre, tos, congestión nasal, dolor de cabeza, dolor muscular y en ocasiones síntomas digestivos como vómitos y diarrea.



Como se contagia?

Igual que la gripe común, la gripe A H1N1 se contagia fácilmente ya que se transmite por el aire mediante las gotas que expulsamos al toser o estornudar.

Cómo podemos evitar el contagio?

Las recomendaciones básicas en la prevención de contagio de la gripe A H1N1 son las siguientes:

- Lavados de manos frecuentes. Esta recomendación disminuye en gran medida el contagio y la propagación de la enfermedad.
- El uso de pañuelos de un solo uso al toser o estornudar con el posterior lavado de manos evita de forma significativa la propagación de la enfermedad.
- También el virus de la gripe A (H1N1) a través de las gotas expulsadas al toser o estornudar pueden quedar depositadas en superficies y objetos donde el virus puede permanecer durante días, de manera que es conveniente limpiar las superficies frecuentemente con productos de limpieza habitual como medida de prevención.

- Si se inician síntomas evidentes, el enfermo ha de quedarse en y evitar posible el contacto con otras personas.

No se recomienda:

- El uso de mascarillas de forma generalizada, ya que no queda claro que el su uso evite la propagación de la enfermedad.
- Tratamiento preventivo con antivirales (oseltamivir, zanamivir), en los estudios realizados en la prevención de la enfermedad, no aporten grandes beneficios, y tiene efectos secundarios. En una persona sana los efectos adversos de los antivirales superan los beneficios.

Cómo se diagnostica?

El diagnóstico de la misma manera que en la gripe común es por la sospecha clínica, basada en los síntomas que presenta el paciente. Sólo se realiza diagnóstico de laboratorio en pacientes hospitalizados o con alto riesgo de complicaciones.

Qué hacer si su hijo presenta síntomas de gripe?

La gran mayoría de niños enfermos de gripe A (H1N1) van a presentar síntomas leves, de manera que el uso de antitérmicos (Paracetamol, Ibuprofeno) en caso de fiebre, ofrecer abundantes líquidos para una buena hidratación, y el reposo en el domicilio 7 días o hasta la desaparición de los síntomas será suficiente.

Igual que en la gripe común, la gripe A (H1N1) puede complicarse en algunos casos.

Han de acudir al hospital todos que presenten síntomas y afectados de:

- Enfermedades del corazón.
- Enfermedades respiratorias crónicas.
- Diabetes
- Insuficiencia renal.
- Enfermedades hepáticas crónicas
- Pacientes inmunodeprimidos (SIDA, inmunodepresión por fármacos en pacientes oncológicos, trasplantados, etc.)

También deberían acudir al hospital los niños que en el curso de la gripe presenten:

- Dificultad respiratoria
- Dolor torácico
- Alteraciones de la conciencia.
- Fiebre alta que persiste más de 72 horas.

Se puede continuar la lactancia materna si la madre está con gripe A (H1N1)?

La leche materna contiene anticuerpos que protegen al recién nacido y por lo tanto se aconseja mantener la lactancia materna aunque la madre tenga la enfermedad.

La madre ha de extremar las medidas higiénicas y se aconseja el uso de mascarillas.

Tampoco ha de suspender la lactancia materna si la madre recibe tratamiento con antivirales.

Revisió 2020 Dra. Nora Ruggieri Rodríguez