

Gripe

La gripe es una **enfermedad infecciosa** aguda de las vías respiratorias causada por un virus. La proporción de población afectada durante las epidemias anuales oscila entre el 5 y 15% en población general, y es superior al 50% en grupos de población cerrados como asilos



Cómo se trasmite y síntomas

La **transmisión** del virus se produce fundamentalmente a través de gotitas que son originadas al hablar, toser o estornudar por la persona enferma y que alcanzan a una persona sin gripe pero capaz de padecerla. También por contacto con las superficies contaminadas por esas gotas y a través de las manos.

Los **síntomas** suelen comenzar de forma brusca con fiebre y escalofríos, acompañados de dolor de cabeza, molestias de garganta, malestar general, dolores musculares y tos seca.



Prevención y grupos de riesgo



La principal **prevención** para la gripe es la vacunación, seguida del lavado frecuente de las manos, por lo que además de la vacuna lo recomendable es llevar un estilo de vida sano; una dieta variada, ingerir mucho líquido y dormir las horas necesarias. Una vida sana no evita la gripe aunque si puede disminuir sus complicaciones.



Los **grupos de población con mayor riesgo** de padecer complicaciones a consecuencia de la infección gripe y en los que se recomienda la vacunación antigripal son:

- Personas mayores de 65 años.
- Mujeres embarazadas.
- Niños menores de 2 años y mayores de 6 meses.
- Personas con afecciones como: enfermedades crónicas cardíacas, hepáticas, renales, pulmonares, sanguíneas o metabólicas e inmunodepresión.
- Personas que conviven o cuidan a pacientes de riesgo
- Colectivos profesionales con un mayor riesgo de exposición y que realizan servicios esenciales para la comunidad.

La gripe complica otras enfermedades

Las **complicaciones** de la gripe son predominantemente respiratorias: neumonías, bronquitis, sinusitis u otitis.



La gripe puede revestir más gravedad en personas mayores, sobre todo a partir de los 65 años y en personas que padecen **enfermedades crónicas** como en pacientes con Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC).

Desde la **Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica (SEIMC)** recomiendan tomar conciencia de la vacunación y sobre todo en los grupos de riesgo acudir al centro de vacunación más cercano. Deben abstenerse de la vacunación las personas con alergia al huevo, con hipersensibilidad a las proteínas de huevo o que hayan tenido una reacción alérgica severa a una vacunación anterior de la gripe, así como los niños menores de 6 meses y las personas que sufren de alguna enfermedad aguda con fiebre alta, que deberán esperar hasta que la situación remita.