

## Conociendo a la Influenza A H1N1 y como prevenir su contagio



Ante un riesgo de pandemia por una variedad de gripe es muy importante mantenernos informados y tomar las medidas preventivas que sugieren nuestras autoridades de salud (Ministerio de Salud), así como conocer las recomendaciones dadas por entidades internacionales como la OMS (Organización Mundial de la Salud) y el CDC (Centro del Control de Enfermedades) de Atlanta.

La OMS en su actualización N° 21 del 8 de mayo, refiere que se han confirmado 2384 casos en 24 países (más del 90 por ciento en México, EEUU y Canadá), y si bien el Perú –al igual que el resto del mundo- no está libre de verse afectado por esta enfermedad, hasta el momento no se ha confirmado ningún caso, pero es muy importante estar informados y preparados.

### ¿Qué es la influenza (A H1N1)?

La influenza A H1N1 es una de gripe que afecta a los humanos. En este reciente brote de influenza humana tipo A, hubo un reordenamiento del ADN del virus que incluyó fragmentos del ADN del virus del cerdo (de allí la confusión inicial en llamarla gripe porcina) y del ave, lo que lo modificó al virus y originó esta crisis.

El hecho de que se hayan descrito brotes sostenidos\* en por lo menos dos países de una región de la OMS nos pone en riesgo de una Pandemia (estadío VI de VI posibles), esto motivó a los países y organismos de salud para que tomen las medidas de alerta sanitaria pertinentes.

\* Brotes sostenidos se definen cuando se demuestra que el virus pasó por tres personas distintas, es decir de una persona A pasó a una B y de ésta a una C.

### ¿Cómo se presenta la influenza humana (A H1N1) en las personas?



Las molestias son semejantes a las de la gripe común. Incluyen fiebre, tos, dolor de cabeza, dolor del cuerpo, escalofríos y cansancio; en pocos se observa diarrea y vómito. Algunos pacientes pueden presentar neumonía, que a veces toma un curso grave y ser incluso causa de muerte (44 de 2384), si no se brinda el tratamiento adecuado y oportuno.

### ¿Cómo se transmite la influenza humana (A H1N1)?

La transmisión de la influenza humana (A H1N1) ocurre de la misma forma en que se contagia la gripe común, es decir a través del aire que expulsa con la tos y los estornudos un enfermo y de las manos al tocar objetos contaminados que previamente hayan sido tocados por un enfermo y luego llevarse la mano a la boca o nariz.

**¿Hay medicamentos para tratar la influenza humana (A H1N1)?**

Si. El Ministerio de Salud del Perú ha manifestado que tiene un depósito suficiente de medicamentos antivirales para tratar a los pacientes a quienes realmente se les confirme esta enfermedad. Hasta el momento no se ha registrado ningún caso.

**¿Cómo se confirma el diagnóstico?**

El Instituto Nacional de Salud (INS) está realizando una prueba para confirmar el diagnóstico a partir de una muestra obtenida de la zona nasal, teniendo una respuesta en el lapso de 48 a 72 horas.

**¿A quiénes debería realizarle esta prueba?**

A la personas que teniendo las molestias de la gripe, estuvieron recientemente (en los últimos 10 días) en México u otro país en donde se hayan reportado casos confirmados o a las personas con molestias y que estuvieron en contacto con una persona que se conoce tiene el diagnóstico confirmado.

**¿Qué puedo hacer para evitar enfermarme?**

En este momento no hay una vacuna contra la influenza Humana (A H1N1). Pero es muy importante conocer las medidas que usted puede tomar, para ayudar a prevenir la propagación de gérmenes que causan enfermedades respiratorias como la influenza hHumana (A H1N1) y que también son muy útiles para controlar la propagación de la gripe común.



1. Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable o papel higiénico al toser o estornudar. Bote el papel a la basura después de usarlo. Si no tiene pañuelo o papel y estornuda o tose, no se cubra la cara con las manos, es mejor hacerlo con el antebrazo y así no se contamina las manos.
2. Lávese las manos a menudo con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar. Los desinfectantes en base de alcohol también son eficaces.
3. No se toque la boca, nariz u ojos porque es una manera en que se pueden propagar los gérmenes.
4. Evite el contacto cercano con personas enfermas.

**¿Este virus de la influenza Humana (A H1N1) se contagia fácilmente?**

Se desconoce con qué facilidad se transmite este virus de una persona a otra. Es por ello que resulta importante, tomar en cuenta estas medidas de salud, para su protección y la de su familia.

**Fuentes Revisadas:**

1. INFLUENZA A(H1N1): SPECIAL HIGHLIGHTS actualizado al 08 de mayo 2009 y extraído de la página <http://www.who.int/en/>
2. Questions & Answers H1N1 Flu (Swine Flu) and You actualizado al 08 de mayo 2009 y extraído de <http://www.cdc.gov/h1n1flu/ga.htm>
3. TODO SOBRE LA INFLUENZA Gripe A H1N1 <http://www.minsa.gob.pe/portada/Especiales/2009/norteamericana/index.html>