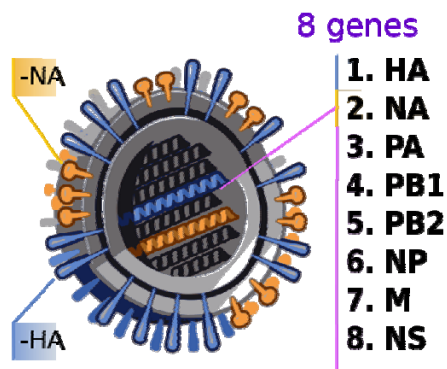




GRYPE A – INFLUENZA A (H1N1)



1. Introducción:

En Abril de 2009 se detectó en Méjico un nuevo virus de la gripe con patogeneidad elevada e infectividad alta. Más adelante se identificó como causante de la enfermedad infecciosa a un virus RNA de cadena simple, una variante del *Influenzavirus A* de origen porcino (subtipo H1N1).

La propagación mundial del virus ha sido rápida, convirtiéndose rápidamente en pandemia.



World Health Organization

La **Organización Mundial de la Salud** (OMS) coordina la respuesta mundial a los casos de gripe pandémica (H1N1) 2009 notificados en humanos y monitorea la pandemia. La información figura en su página web que da seguimiento a la evolución de la situación:

<http://www.who.int/csr/disease/swineflu/es/index.html>

La OMS, Organización Mundial de la Salud actualiza de forma periódica la casuística por países en la página web:

<http://gamapserver.who.int/h1n1/atlas.html?select=ZZZ&filter=filter4,confirmed>

En España el **Ministerio de sanidad y Consumo** también dispone de una página web para su consulta:

<http://www.msc.es/servCiudadanos/alertas/gripeAH1N1.htm>

Recuerde que en España hay un teléfono de información sobre la nueva gripe, el 901 400 100.

2.Métodos analíticos.



La detección y diferenciación del virus de gripe A estacional (de curso clínico generalmente más benigno) tiene interés para el establecimiento de terapia antiviral específica.

La prueba de referencia según la OMS es la hibridación molecular con amplificación por reacción en cadena de la polimerasa (PCR) en tiempo real.

La prueba requiere del uso de una tecnología compleja y su costo es alto, por lo que no se recomienda su práctica sino es bajo estricto criterio médico.

2.1 Toma de muestra.



Para un buen diagnóstico es esencial una correcta toma de la muestra así como de un medio de transporte adecuado hasta el punto de análisis. Es preciso realizar la toma nasofaríngea con un hisopo de algodón, Dracon o Rayon estériles y después de cortar el extremo del escobillón introducirlo en el medio de cultivo que suministra el laboratorio y que asegura la integridad de los virus RNA, manteniéndolo a temperatura ambiente.

No debe usarse nunca hisopos con alginato, escobillones con vástagos de madera o tubos con medios de transporte.

CONSEJOS DE LA OMS SOBRE LA GRIPE A

Medidas preventivas

- Evite el contacto directo con personas que tengan fiebre y tos.
- Lávese las manos con agua y jabón a menudo y concienzudamente.
- Lleve una buena higiene de vida: duerma bien, coma alimentos nutritivos y manténgase físicamente activo.

Si hay algún enfermo en la casa:

- Procure que el enfermo ocupe una zona aparte en la casa. Si eso no es posible, mantenga una separación de 1 metro entre el paciente y las demás personas.
- Tápese la boca y la nariz cuando cuide al enfermo. Encontrará máscaras en el comercio, o puede

fabricarlas con los materiales que tenga a mano, siempre que sean desechables o se puedan lavar convenientemente.

- Lávese las manos concienzudamente con agua y jabón después de cada contacto con el enfermo.
- Trate de mantener bien ventilada la zona donde se encuentra el enfermo. Utilice las ventanas y las puertas para crear corrientes de aire.
- Mantenga limpio el entorno utilizando productos domésticos de limpieza. Si vive en un país donde la gripe porcina ha causado la muerte de alguna persona, atégase a los consejos que dicten las autoridades locales de salud.

¿Qué debo hacer si creo que tengo gripe por A (H1N1) ?

Si se siente mal, tiene fiebre alta, tos o dolor de garganta:

- Quédese en casa y, en la medida de lo posible no acuda al trabajo, a la escuela ni a lugares muy concurridos.
- Descanse y tome muchos líquidos.
- Cúbrase la boca y la nariz con pañuelos desechables cuando tosa o estornude, y tire los pañuelos usados en un sitio adecuado.
- Lávese las manos con agua y jabón de forma frecuente y meticulosa, sobre todo después de toser o estornudar.
- Informe a sus familiares y amigos de que está enfermo y busque ayuda para las tareas domésticas que exigen contacto con otras personas, tales como la compra.

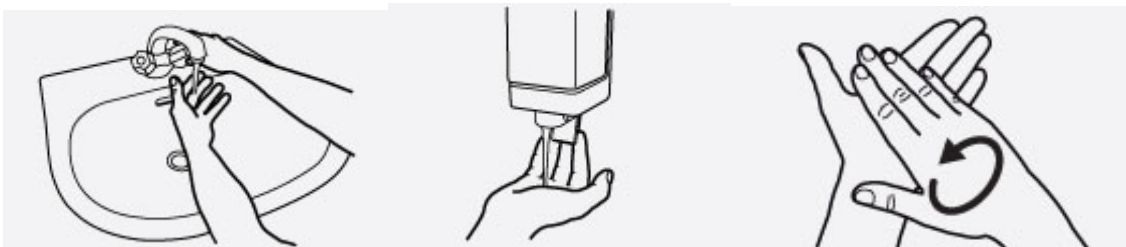
Si necesita atención médica:

- Póngase en contacto con su médico u otro profesional sanitario antes de viajar, y cuénteles sus síntomas. Explíqueles por qué cree que tiene gripe por A (H1N1) - por ejemplo, si ha viajado recientemente a un país afectado por un brote humano de gripe por A (H1N1)- y siga sus consejos.

- En caso de que no pueda contactar con su dispensador de atención sanitaria de antemano, haga saber su sospecha de que padece gripe porcina en cuanto llegue al centro sanitario.
- Tome la precaución de cubrirse la boca y la nariz durante los viajes.

COMO LAVARSE LAS MANOS CORRECTAMENTE:

La duración del lavado debe ser de entre 40 y 60 segundos.



1 Mójese las manos 2 Aplique jabón 3. Frótese las palmas



4. Frótese los dedos

5. Enjuáguese



6. Séquese con una toalla de un solo uso

7. Cierre el grifo con la toalla de un solo uso

8. Sus manos son seguras

RECOMENDACIONES DEL MINISTERIO DE SANIDAD

Utilización de las mascarillas



La información disponible acerca de la efectividad de las mascarillas y los protectores respiratorios o respiradores sobre el control de la pandemia es muy limitada.

Por ello, en ausencia de evidencia científica, las recomendaciones que se indican a continuación tienen carácter provisional y están sujetas a actualización según se disponga de nueva información.

- El lavado de manos es la medida más efectiva de protección tanto frente al nuevo virus A (H1N1) como frente a otros virus de la gripe. **Correcto lavado de manos**
- Lo más útil para prevenir la transmisión del virus es la combinación de todas las **medidas higiénicas de protección personal recomendadas** (lavado de manos, cubrir boca y nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar y evitar el contacto estrecho con enfermos) . Ninguna de ellas de forma aislada proporciona protección total.
- Hay evidencia científica suficiente sobre la eficacia de las mascarillas para reducir la transmisión del virus de la gripe en centros sanitarios. Por el contrario, no está demostrado que sea eficaz en las situaciones de la vida diaria o en espacios abiertos.
- La mayoría de las mascarillas están diseñadas para evitar la salida de gérmenes de la boca cuando se tose o estornuda, pero no constituyen una barrera eficaz para evitar que entren virus desde el exterior.
- Por ello, las autoridades sanitarias, en base a la evidencia científica disponible, **no recomiendan el uso de mascarillas** a las personas sanas en sus actividades diarias habituales.
- El uso de mascarilla, tipo quirúrgica, **sólo se recomienda** en los siguientes casos:
 1. **Personas enfermas o que han comenzado con síntomas compatibles con gripe** cuando se encuentren en presencia de otras personas, fundamentalmente en los siguientes casos:
 - Durante el traslado de su casa al centro de salud u hospital.
 - Mientras estén recibiendo cuidados domiciliarios por familiares u otras personas y cuando entren en contacto con personas sanas.
 2. **Cuidadores sanos de una persona con gripe A (H1N1) o con síntomas compatibles con la misma. En este grupo se incluyen los familiares u otras personas que conviven en el mismo domicilio que el paciente o sus cuidadores si se trata de otros centros o**

instituciones. Estas personas deberán usar la mascarilla cuando estén en presencia del paciente.

La utilización incorrecta de las mascarillas puede incrementar el riesgo de transmisión en vez de reducirlo. Por ello, las personas a las que se recomienda el uso de mascarilla quirúrgica deben **asegurarse de utilizarlas correctamente.**