



Guía para el Personal de Salud ante la posible Pandemia de Influenza

¿Qué busca esta guía?

Aprovechar la cercanía de los profesionales de la salud con la población, para difundir información clara, concisa, y con bases científicas, sobre el tema de la influenza estacionara y la influenza aviar, sus efectos y consecuencias. También se busca crear conciencia sobre la influenza pandémica, las restricciones que esta situación puede llegar a provocar y las medidas de prevención a tomar. Así, se ayudará a reducir el riesgo de infección y transmisión, a limitar la expansión de la posible pandemia de influenza, y a apoyar las acciones preventivas que realizan los organismos gubernamentales y la sociedad civil.

¿Para qué debo utilizar esta guía?

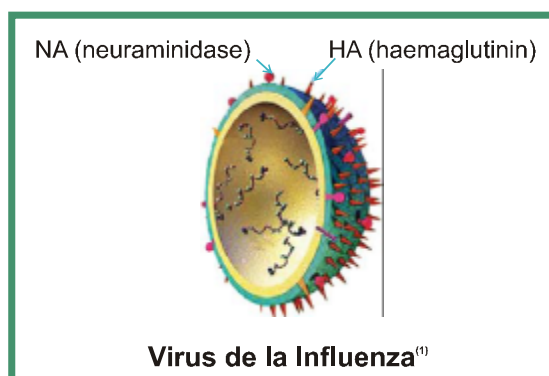
1. Informar sobre los diferentes tipos de influenza y sus características.
2. Difundir las medidas de prevención.
3. Impulsar a la población a la participación en la prevención.
4. Informar sobre el plan de respuesta ante la pandemia de influenza con el que cuenta México.

VIRUS DE LA INFLUENZA

- El virus de la influenza es un virus de RNA que pertenece a la familia Ortomixovirus.
- Se clasifica en 3 tipos A, B y C.
- Los tres tipos tienen la capacidad de infectar a humanos pero solo el tipo A es de relevancia para la creación de pandemias.

Influenza tipo A

- Se subclasifica según las proteínas de su superficie hemaglutinina (H) con 16 tipos y neurominidasa (N) con 9 tipos. Los diferentes subtipos son los que definen el grado de patogenicidad del virus.



¹ WHO handbook for journalists: Influenza Pandemic. December 2005

- Además de infectar humanos, el tipo A tiene la capacidad de infectar animales entre ellos aves, puercos y caballos.
- La característica importante del virus de la influenza es que es genéticamente lábil ya que no posee mecanismos para reparar los errores que se producen durante su transcripción.
- Presenta además dos mecanismos importantes:
 - Reasociación antigénica, que es la capacidad de mezclar el material genético de dos virus dando como resultado un nuevo virus.
 - Mutación antigénica, que es la capacidad que tiene el virus de mutar con el paso del tiempo.
- El virus se mantiene activo en superficies inertes hasta 48 horas y es destruido por la luz ultravioleta y agentes como el jabón.

Influenza estacional

¿Qué es la influenza estacional?

La influenza estacional es una enfermedad respiratoria viral que se presenta generalmente durante los meses de invierno. Provocada por el virus de influenza tipo A o B.

¿Es lo mismo el resfriado común (gripe) que la influenza?

No; aunque ambas son enfermedades respiratorias agudas y tienen síntomas comunes, el virus que causa la influenza es diferente al que causa el resfriado común.²

SÍNTOMAS	RESFRIADO COMÚN (GRIPE)	INFLUENZA ESTACIONAL
Fiebre	Es poco frecuente en adolescentes y adultos; en los niños puede llegar hasta 39°C	Generalmente llega a 39°C pero puede elevarse hasta los 40°C, dura de 3 a 4 días
Dolor de cabeza	Es raro que se presente	Se presenta en forma brusca y es muy intenso
Dolores musculares	Leve a moderado	Generalmente son muy intensos
Cansancio y debilidad	Leve a moderado	A menudo muy intenso y puede durar 2 a 3 semanas
Postración	Nunca	Es de inicio brusco y muy intenso
Congestión nasal	Frecuente	Algunas veces
Ardor y/o dolor de garganta	A menudo	Algunas veces
Tos	Leve o moderada	Se presenta casi siempre

² www.dgepi.salud.gob.mx

¿A quién afecta con mayor frecuencia la influenza estacional?

La influenza estacional puede afectar a todas las personas, sin embargo, quienes son más susceptibles a sufrir complicaciones, son los niños menores de 5 años, adultos mayores de 65 años, y personas con enfermedades crónicas (ej, diabetes, enfisema, asma y cardiopatías).

¿Cómo se transmite la influenza estacional?

La influenza es transmitida generalmente por gotitas de saliva liberadas por una persona enferma al toser o estornudar³. Estas gotitas, al tener contacto con mucosas (ojos, nariz y boca) provocan el contagio. El virus tiene la habilidad de sobrevivir en condiciones de temperaturas bajas y humedad por varias horas, así como en superficies lisas y porosas como manijas, barandales, manos, y pañuelos desechables. También puede transportarse en el aire causando enfermedad aun cuando no se tenga contacto directo con una persona enferma⁴.

¿Cuál es la mejor manera de prevenir el contagio de la enfermedad?

La mejor manera de prevenir el contagio de influenza es a través del **lavado adecuado y frecuente de manos** ya que se ha comprobado que puede reducir hasta en un 45% las consultas médicas por infecciones respiratorias.^{5,6} El lavado de manos con agua y jabón es muy importante, pues rompe con el ciclo de transmisión del virus.

Otro factor importante para evitar el contagio es el **cubrir la boca al toser o estornudar** con un pañuelo o el antebrazo. De esta forma se evita que el virus quede en las manos y limita a su vez la emisión del virus al ambiente, contribuyendo así a reducir la transmisión de persona a persona.

¿Cuál es el tratamiento de la influenza estacional?

El tratamiento es sintomático y se recomienda el uso de antivirales como la amantadina y rimantidina para disminuir su gravedad, duración y capacidad de contagio. Estos se deben administrar en las primeras 48 horas de iniciado el padecimiento. Además se recomienda guardar reposo y evitar lugares concurridos para evitar contagiar a otros.

Actualmente existe una vacuna para combatir esta enfermedad la cual se produce anualmente tomando en cuenta el tipo de virus que se encuentran en circulación durante ese año. En México ésta vacuna se aplica gratuitamente a todos los niños menores de 2 años así como a personas mayores de 65 años o con enfermedades crónicas.

³ Mandell GL, Bennett JE, Dolin RD. Principles and Practices of Infectious Diseases 4th Ed. Churchill Livingstone, New York. 1995, p 1547.

⁴ Schulman JL, Kilbourne ED. Airborne transmission of influenza virus infection in mice. Nature 1962;195:1129-30.

⁵ Ryan MA, Christian RS, Wohlrahe J. Handwashing and respiratory illness among young adults in military training. Am J Prev Med. 2001 Aug;21(2):150-1.

⁶ Luby SP, Agboatwala M, Feikin DR, Painter J, Billhimer W, Altaf A, Hoekstra RM. Effect of handwashing on child health: a randomised controlled trial. Lancet. 2005 Jul 16-22;366(9481):225-33.

Influenza aviar

¿Qué es la influenza aviar?

La influenza aviar es una enfermedad viral que afecta a las aves y es causada por un subtipo del virus de la influenza tipo A.

¿Cómo se transmite la influenza aviar?

La influenza aviar se transmite entre las aves al estar en contacto directo con secreciones (oculares y nasales) y heces de aves infectadas, además se puede contagiar por medio de superficies de contacto como son: jaulas y utensilios para el manejo y alimentación de las aves.

Las aves migratorias contribuyen a la propagación de la enfermedad ya que son un reservorio natural del virus, llevando y contagiando a su paso a las aves de corral. Sin embargo estas aves migratorias pueden o no presentar los síntomas de la enfermedad, que aunado a su característica migratoria dificulta su control.

¿Cómo se detecta la influenza aviar?

Los signos y síntomas de la influenza aviar varían según el tipo de ave y la patogenicidad específica de cada virus. La infección por un virus altamente peligroso puede provocar la muerte del ave con o sin síntomas como fiebre, decaimiento, inapetencia, caída de plumas, disminución en la producción de huevo, hinchazón de cabeza, parpados y cresta.

¿Cuál es la situación actual sobre los brotes de influenza aviar?

Actualmente existe un brote importante del virus altamente patógeno A (H5N1) en aves silvestres y de corral en varios países de Asia, el cuál ha llevado a sacrificar a más de cientos de millones de aves para impedir su avance. Sin embargo, pese a los esfuerzos realizados las aves migratorias han propagado el virus hasta países de Europa y África.

Es importante mencionar que el virus de la influenza aviar, solo en raras ocasiones llega a infectar otras especies dentro de las cuales se encuentran los puercos, caballos, tigres y los humanos.

¿Cómo se transmite la influenza aviar a humanos?

La influenza aviar se transmite a humanos por el **contacto directo con aves infectadas**, o sus secreciones, superficies y fomites. Hasta el momento el contagio de la enfermedad de ave a humano no se da fácilmente, ya que se ha presentado únicamente en personas en contacto directo con aves infectadas. El contagio no se da por comer carne de pollo o huevos bien cocidos.

Hasta junio del 2006 se han presentado 225 casos en Asia de influenza aviar en humanos con una mortalidad de poco más del 50%.⁷ Si consideramos el elevado número de contactos entre aves y humanos que existen a diario en las zonas afectadas, la transmisión se considera baja.⁸

¿Es seguro comer productos avícolas?

Sí es seguro, pues no existe evidencia alguna de que el virus se pueda transmitir por medio de la carne o huevo de las aves si estos están bien cocidos. Sin embargo, se han observado asociaciones de infección con el consumo de sangre sin cocer de aves infectadas.

¿Existe la influenza aviar del tipo A (H5N1) en México?

En México, no se ha presentado la influenza aviar del tipo H5N1, por lo que no existe riesgo alguno para la población de contraer la enfermedad⁹. Además SAGARPA ha instrumentado estrictas medidas de control, fortaleciendo el sistema de control para la influenza aviar desde hace 11 años¹⁰. La Secretaría de Salud ha incrementado la sensibilidad del Sistema Nacional de Vigilancia Epidemiológica, y continuará atenta a la información que se genere respecto a esta enfermedad, para que en caso necesario se alerte a la sociedad sobre las medidas a tomar¹¹.

Sin embargo, en Chiapas durante un control de rutina en diciembre del 2005, se detectó influenza aviar en pollos, pero de un tipo diferente al virus de influenza aviar que se presenta en el Continente Asiático¹². Estos casos, encontrados en México, no representan riesgo alguno para la salud de las personas.

⁷ http://www.who.int/csr/disease/avian_influenza/country/cases_table_2006_02_27/en/index.html Al 8 de Junio de 2006

⁸ <http://www.who.int/foodsafety/micro/avian/en/index.html>

⁹ <http://www.dgepi.salud.gob.mx/aviar/aviar.htm>

¹⁰ http://mx.starmedia.com/noticias/epidemiassxxi/chiapas_113574.html#Scene_1

¹¹ <http://www.dgepi.salud.gob.mx/aviar/aviar.htm>

¹² <http://www.cocoso.chiapas.gob.mx/documento.php?id=20060103081050>

Influenza pandémica

¿Por qué se dan las pandemias de influenza?

Las pandemias de influenza resultan por la fragilidad genética del virus de la influenza y su capacidad de mutar y unirse con otros virus. Actualmente, el virus A (H5N1) de influenza aviar ha logrado contagiar a humanos, por lo tanto, existe el riesgo de que este virus continúe mutando generando un nuevo virus con la capacidad de transmitirse de manera sostenida y eficiente de humano a humano. Además, la influenza es una enfermedad de fácil transmisión, que se contagia a través del contacto directo con personas enfermas ya sea por gotitas de saliva, manos o superficies contaminadas. Esto resulta en una rápida transmisión de la enfermedad, que se agudiza con la facilidad actual para viajar de un punto a otro, en cuestión de horas.

¿Sería esta la primera pandemia de influenza?

No, en los últimos 300 años han habido alrededor de 10 pandemias de influenza tipo A, siendo la más severa la llamada Influenza Española en el año de 1918 con una mortalidad aproximada de 50 millones de personas¹³ en todo el mundo.

¿Por qué puede morir tanta gente en una pandemia de influenza?

Al surgir un nuevo virus, esto representa que el ser humano nunca ha estado expuesto a este, por lo que carece de la inmunidad necesaria para hacerle frente, provocando una alta mortalidad.

¿Qué factores se deben cumplir para que se de la pandemia?

Actualmente la propagación de la influenza aviar se considera un riesgo, ya que el virus A (H5N1) podría llegar a experimentar mutaciones o una reasociación antigénica que combine la información genética del virus de la influenza aviar con el de la influenza humana creando un nuevo subtipo del virus que se transmita fácilmente de humano a humano. Por lo tanto, los factores necesarios para el desarrollo de una pandemia son :

- La aparición de un nuevo subtipo del virus de la influenza tipo A.
- Que el virus cuente con la capacidad de reproducirse en los seres humanos y causar enfermedad grave y muerte.
- Que el virus sea capaz de transmitirse eficientemente de persona a persona, causando brotes comunitarios con los que se disperse la enfermedad a todo el mundo.

¹³ Osterholm MT. "Preparing for the next pandemic" N Eng J Med 2005; 352(18):1839-42.

¿Se sabe cuándo empezará la pandemia de influenza?

No, pero los científicos aseguran que se dará.

¿Cuánto tiempo tardará en propagarse por el mundo?

Las pandemias del siglo pasado tardaron de 6 a 9 meses en esparcirse por el mundo, siendo el barco el medio de transporte internacional más usado.

Actualmente, al ser el avión el medio de transporte internacional más utilizado, y dada su capacidad y velocidad, el virus podría extenderse más rápido, posiblemente alcanzando el nivel mundial en menos de 3 meses.

¿Qué consecuencias traería la pandemia?

El efecto de una pandemia representaría una fuerte crisis económica y social para cualquier país. El miedo y el pánico de la población provocadas por las noticias pueden llevar al ausentismo laboral, al cierre de los planteles educativos y deficiencia en los servicios comunitarios y del transporte público. Estas podrían ser solo algunas de las consecuencias de la pandemia. La magnitud del contagio rebasaría desde las primeras etapas la capacidad de atención de los servicios de salud. Por consiguiente, el orden y la seguridad pública se deberán cuidar en todo momento para reducir los efectos de la pandemia; por ello se requiere tener un plan establecido para que en todo momento se proteja a la población.

¿Existe una vacuna contra el virus de influenza pandémica?

No, ya que el virus capaz de producir una pandemia aún no existe. Una vez iniciada la pandemia, los científicos podrán comenzar el proceso de crear una vacuna para ayudar a contener los brotes y esta tardará de cuatro a seis meses en estar disponible.

¿Existen medicamentos que pueden prevenir o tratar la influenza durante una pandemia?

Existen varios medicamentos antivirales como el oseltamivir que puede ayudar en la prevención y tratamiento de la influenza. Estos medicamentos deberán ser prescritos por un médico, ya que existen riesgos para la salud si no se utilizan adecuadamente. Sin embargo, su eficacia se desconoce pues aún no ha surgido el virus que ocasione la pandemia.

Guía para el Personal de Salud ante la posible Pandemia de Influenza

¿Qué tan eficaces son los antivirales?

Los antivirales son eficaces si se toman dentro de las primeras 48 horas de iniciados los síntomas. Los antivirales ayudan a disminuir la gravedad de los síntomas y acortan la duración de la enfermedad además de disminuir la capacidad de contagio de los individuos enfermos.

Virus de Influenza	Influenza estacional	Influenza Aviar		Influenza Pandémica
Virus de RNA				
Tipo de virus Subtipo H Y N	A y B	Tipo A H5 N1 (alta potogenicidad)		NUEVO VIRUS (No existente) probablemente un subtipo H5N1
Huésped	Humanos	Aves		Humano
Transmisión	Humano a humano	Aves a aves	Ocasionalmente a humanos y otros animales	Humano a humano
transmisión	saliva (al toser o estornudar) Manos contaminadas	con heces, secreciones infectadas y/o fomites	aves infectadas No se transmite por comer carne ni huevo bien cocido	Probablemente por medio de gotitas de saliva
Signos y Síntomas	Fiebre, cefalea, fatiga, rinorrea, dolor de garganta congestión nasal y ataque al estado general	Depresión, inapetencia, caída de plumas y fiebre. Muerte	Fiebre, tos, rinorrea, dolor de garganta, cefalea, mialgias y mal estado general intenso intenso.	Probablemente sean similares a los signos y síntomas de la influenza estacional pero más severos y con mayores complicaciones.
Tratamiento	Sintomático Vacuna anual de influenza	Sacrificar a las aves Vacuna para aves	Antivirales	Aún no hay vacuna disponible Antivirales
Distribución	Mundial durante los meses de invierno	Sureste Asiático Europa África	Sureste asiático 173 casos ¹⁶ humanos	Mundial
Recomendaciones	Higiene de manos Cubrir la boca con pañuelo al toser y estornudar Vacunación de grupos de riesgo	Vacunación Vigilancia epidemiológica Sacrificar aves infectadas	No tener contacto con aves en regiones endémicas Higiene de manos Consejo a viajeros	Medidas higiénicas Medidas de distanciamiento social Detección y tratamiento oportuno de casos

¹⁶ http://www.who.int/csr/disease/avian_influenza/country/cases_table_2006_02_27/en/index.html

¿Qué medidas de prevención se deberán de tomar ante la posible influenza pandémica?

Las medidas de prevención para disminuir la transmisión y el contagio del virus son las mismas que se recomiendan para la influenza estacional.

Es importante que la población se responsabilice de su salud y tome acciones específicas para protegerse a sí mismos y las personas que los rodean:

- Adoptando comportamientos que contribuyan a disminuir el contagio viral como son: **el lavado frecuente y adecuado de manos**, usando la técnica adecuada (la cual se mencionará a continuación). Recordando que se debe de realizar con jabón, de preferencia liquido o gel antibacteriano y teniendo cuidado de asear toda la superficie de las manos.
- **Al estornudar o toser**, cuando estamos enfermos, emitimos gotitas de saliva que pueden contagiar a otras personas, por eso es muy importante cubrirse la boca con el antebrazo o con un pañuelo desechable para evitar la emisión del virus al ambiente, recordando que después de usar un pañuelo este deberá de ser tirado a la basura. También se deberá evitar cubrir la boca con las manos ya que las manos tienen una gran capacidad de esparcir el virus propiciando así el contagio.
- Procurar que, en lugares concurridos exista una buena **ventilación** de habitaciones, siempre cuidando de no crear corrientes de aire.
- **Evitar saludar de mano o de beso** cuando se está enfermo, para reducir el riesgo de contagio.
- Recordar que la **persona enferma es una fuente de contagio**, por lo que se recomienda su aislamiento, evitando asistir a lugares concurridos.
- Procurar un buen **aseo de las superficies de contacto**, donde se pueda alojar el virus e infectar a otras personas.

En caso de estar enfermo se deberá estar atento y conocer los síntomas y los signos de alarma, y en caso de presentarlos, acudir a un médico lo más rápido posible, tratando de tener contacto con la menor cantidad de personas posible.

¿Cuál es la mejor manera de prevenir el contagio de la enfermedad?

El lavado de manos con agua y jabón con la técnica adecuada.

¿Cuál es la técnica adecuada para el lavado de manos?

La técnica del lavado de manos incluye los siguientes pasos¹⁷:

- Usar agua tibia y jabón (de preferencia líquido).
- El jabón si es en pastilla debe ser pequeño y se debe cambiar con frecuencia.
- Mojar las manos con agua tibia y aplicar jabón.
- Tallar las manos enérgicamente por 15 – 20 segundos, hasta formar espuma.
- Cubrir todas las superficies de las manos y dedos, llegando hasta los pliegues de las muñecas.
- Secar las manos con una toalla de papel desechable.
- Cerrar la llave de agua con la toalla desechable y abrir la puerta del baño con la misma.
- Tirar la toalla desechable en el bote de la basura.

¿Cuándo debemos tener especial atención en lavarnos las manos?

Cuando están visiblemente sucias.

ANTES DE :	DESPUÉS DE:
<ul style="list-style-type: none">● Preparar o comer algún alimento● Atender a un enfermo● Tratar una herida● Ponerse o quitarse los lentes de contacto.	<ul style="list-style-type: none">● Ir al baño● De toser o estornudar● De sonarse la nariz● De visitar o atender a una persona enferma● Después de usar el transporte público● Después de estar en contacto con animales, mascotas y sus desechos● Después de tocar carne cruda (pescado, carne y pollo)● Manipular basura o pañales● Después de tocar objetos no rigurosamente limpios como dinero, teléfono o llaves.

17 http://www.ut.edu.co/fcs/1002/cursos/internado/guia_lv/index.html#INTRODUCCION

ACCIONES QUE DEBERÁN REALIZAR LOS PROFESIONALES DE LA SALUD

¿Qué puedo hacer yo como profesional de la salud?

La mejor manera en que puedo ayudar a la población ante la posible pandemia de influenza es la siguiente:

- Dar información clara y verídica, usando el lenguaje de la población, sobre la enfermedad, ya que la población considera al médico como la fuente de información más confiable.
- Estar preparados ante una posible saturación de los servicios médicos.
- Capacitar a la gente encargada de los servicios médicos para detectar los signos de alarma de la enfermedad, para así diferenciar a los enfermos reales.
- Contar con un plan que les permita enfrentar de una manera ordenada y eficaz la posible pandemia de influenza.
- Aplicar las medidas preventivas y difundirlas

¿Cuenta México con un plan de respuesta ante la posible pandemia de influenza?

México ya cuenta con el Plan Nacional de preparación y respuesta ante una pandemia de influenza, en el cual participan coordinadamente múltiples instituciones gubernamentales para poder hacer frente de una manera efectiva a la pandemia. Se puede consultar a detalle en la página de la Secretaría de Salud: <http://www.salud.gob.mx>

¿Dónde se puede obtener más información sobre la influenza aviar y la posible pandemia de influenza?

Para conocer más información de la influenza, y mantenerse actualizado, recomendamos visitar las siguientes páginas en Internet:

- Secretaría de Salud: <http://www.salud.gob.mx>
- Dirección General de Epidemiología: www.dgepi.salud.gob.mx/
- Organización Mundial de la Salud: <http://www.who.int/topics/influenza/es/index.html>
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO): http://www.fao.org/ag/againfo/subjects/en/health/diseases-cards/special_avian.html
- Control y Prevención de Enfermedades, E.U.A: <http://www.cdc.gov/flu>
- Organización Mundial de Sanidad Animal: http://www.oie.int/download/AVIAN_INFLUENZA/E_AI-Asia.htm
- O bien, puedes llamar gratuitamente al 01-800-00-44-800, para mayor información.