



EL ABC DE LA INFLUENZA A (H1N1)

Lo que usted debe conocer sobre la influenza A (H1N1) que está afectando a los humanos.

1. ¿Cómo se transmite esta enfermedad?

Todo parece indicar que la transmisión se está realizando de persona a persona de forma similar a lo que ocurre en la transmisión de la gripa estacional, la persona enferma al toser o estornudar libera en el ambiente microgotas que contienen gran cantidad de virus los cuales son inhalados por las personas que están en contacto a una distancia menor de 2 metros; es decir, que a través del tracto respiratorio se introducen las partículas virales al organismo y de esta manera se adquiere la enfermedad.

Otra forma es a través de las manos contaminadas, cuando la persona enferma estornuda o tose tapándose la boca con las manos y luego dándole la mano a otras personas para saludarla; de otra parte al tocar objetos de uso común como el teléfono, utensilios de cocina, pasamanos, que pueden estar contaminados con las secreciones de personas enfermas.

2. ¿Se han reportado en Colombia casos de influenza A (H1N1) en humanos?

No. Desde el pasado sábado 25 de abril en conjunto con el Sistema Nacional de Prevención y Atención de Emergencias y Desastres y las autoridades de puertos de entrada se intensificó la vigilancia y seguimiento de toda persona que ingresa al país procedente de países con casos; a la fecha se encuentran en estudio las personas que presentan algún síntoma o sospecha.

3. ¿Se puede consumir carne de cerdo o productos derivados del cerdo?

Sí. La influenza de origen porcino no ha mostrado ser transmitida a personas a través del consumo de carne de cerdo o sus derivados, que hayan sido adecuadamente manipulados y preparados.

4. ¿Hay alguna vacuna para la influenza A (H1N1)?

No hay vacuna para proteger a las personas contra la influenza A (H1N1).



5. ¿Existe tratamiento para la influenza A (H1N1)?

Existen medicamentos que acortan y disminuyen los síntomas, siempre y cuando se administren durante las primeras 48 horas de la enfermedad; sólo el médico está capacitado para determinar, si la persona de acuerdo a sus síntomas requiere el uso de estos medicamentos, ya que éstos pueden producir efectos secundarios y su disponibilidad es limitada.

6. ¿Qué es la influenza A (H1N1)?

La influenza A (H1N1) es una enfermedad respiratoria que afecta a los cerdos, causada comúnmente por un virus del tipo de la influenza A.

En Colombia, este tipo de gripe es de muy baja prevalencia en los animales y hasta el momento no se han detectado casos de contagio del virus porcino a los humanos.

7. ¿Se transmite la infección de los cerdos a los humanos?

La infección y los brotes de esta enfermedad ocurren regularmente entre los cerdos. En condiciones normales las personas no adquieren la gripe de los cerdos, no obstante en otros países se han reportado casos esporádicos de personas que adquieren esta infección por tener contacto estrecho con cerdos infectados.

8. ¿En la situación que se está registrando en Estados Unidos y México, se ha establecido el contacto con cerdos?

No. Tanto en los casos iniciales confirmados por el Centro de Control de Enfermedades (CDC) de los Estados Unidos en Atlanta, como los casos ocurridos en México, no se ha establecido ningún nexo que demuestre la transmisión cerdo-humano.

9. ¿Entonces cómo se puede explicar esta situación por un virus de la influenza A (H1N1)?

Esta situación se encuentra en investigación y aún se desconoce la fuente; sin embargo la OMS ha verificado la transmisión del virus de persona a persona.



10. ¿Es lo mismo el resfriado, catarro común o gripa que sufren las personas y la influenza A (H1N1)?

No. Aunque estas son enfermedades respiratorias agudas de tipo viral que tienen síntomas y signos comunes, tanto los virus que la producen como la evolución y el curso de la enfermedad son diferentes.

La gran mayoría de los casos de la gripa común cursa con un cuadro clínico leve, el cual se supera en pocos días; sin embargo, en los niños menores de 5 años, en los adultos mayores de 65 años o en las personas que además tienen otras enfermedades, los resfriados comunes pueden conducirlos a cuadros respiratorios graves de neumonías y aún la muerte.

11. ¿Cuáles son los síntomas de la influenza A (H1N1)?

Los **síntomas iniciales** de esta enfermedad son similares a los síntomas de la gripe humana o resfriado común, es decir, fiebre, malestar general, tos, molestias en la garganta, dolores en el cuerpo, dolor de cabeza, congestión y secreción nasal.

En el catarro común la **evolución de estos síntomas** es de 3 a 5 días, **en la influenza A (H1N1)** a los anteriores síntomas se suman: vómito, diarrea, escalofríos, fatiga y dificultad para respirar. El **cuadro clínico severo** puede presentarse entre el quinto y el décimo día de la enfermedad y puede evolucionar a neumonía, falla respiratoria e incluso la muerte.

Debemos tener en cuenta que las personas con condiciones de salud crónicas subyacentes u otras enfermedades asociadas, pueden cursar con los cuadros más graves de la enfermedad.

12. ¿Cuándo debe acudir al médico?

Llame a su aseguradora si tiene enfermedad de tipo respiratorio con fiebre superior a 38 grados centígrados de inicio súbito y tos;

En caso de presentar el cuadro anterior más:

- Historia de viaje a México o a Estados Unidos en los 7 días previos al inicio de síntomas o
- Contacto estrecho (a un metro o menos) con una persona que presenta enfermedad respiratoria y antecedente de un viaje a México o Estados Unidos en los últimos 7 días.



Ministerio de la Protección Social

República de Colombia
Dirección General de Salud Pública
Grupo de Vigilancia en Salud Pública
Centro Nacional de Enlace - CNE

Comuníquese con la Secretaria de Salud de su Municipio, Distrito o Departamento ó a las siguientes líneas gratuitas:

En Bogotá: **5 87 90 30.**

A Nivel Nacional: **01800011758.**

Únicamente en caso de un cuadro grave (ver punto 19) remítase al hospital

13. ¿Cuál es el periodo de incubación y de transmisión?

El **periodo de incubación**, es el tiempo que transcurre entre el contacto con el virus y la aparición de los primeros síntomas; este periodo es muy corto en la influenza A (H1N1) y va de uno a tres días.

La transmisión se da desde 1 día antes del inicio de los síntomas hasta 7 días después, las personas que continúan enfermas por más de 7 días después del inicio de los síntomas deben considerarse potencialmente contagiosas hasta que los síntomas se resuelvan.

14. ¿Podemos decir que la influenza A (H1N1) es más grave que el resfriado común?

En la situación actual nos estamos enfrentando a un virus nuevo H1N1 que combina características genéticas de los virus del cerdo, del humano y las aves.

Datos preliminares no verificados de la situación de México, sugieren que la mayoría de los casos reportados *han cursado con un cuadro clínico similar a la gripe común no grave*; sin embargo, este virus en particular al parecer afecta más a personas jóvenes entre los 24 y 45 años de edad, algunos los casos han evolucionado a un cuadro clínico severo de neumonía e insuficiencia respiratoria.

15. ¿Anteriormente se han presentado casos de influenza A (H1N1) en humanos?

En Estados Unidos se han documentado varios brotes: 1976 en New Jersey, se presentaron 200 casos de influenza A (H1N1) con varios casos severos y una muerte; en Wisconsin en 1988 una mujer embarazada de 32 años contrajo la influenza A (H1N1) y murió 8 días después; y entre enero del 2005 y enero del 2009 se reportaron 12 casos de influenza A (H1N1) sin casos fatales.



Ministerio de la Protección Social

República de Colombia
Dirección General de Salud Pública
Grupo de Vigilancia en Salud Pública
Centro Nacional de Enlace - CNE

Tenemos evidencia de que el virus de la influenza A (H1N1) que circuló en los brotes antes mencionados es diferente al que está causando la presente epidemia en México y Estados Unidos. Por las características de los anteriores brotes y las características de la epidemia actual, es probable que estemos ante un nuevo virus capaz de transmitirse de persona a persona.

16. ¿Qué está realizando Colombia para disminuir el riesgo e impacto de una situación como la de México?

- Desde hace un par de años se viene trabajando en un plan de prevención y mitigación de una posible pandemia de influenza.
- Se han dado instrucciones a las Secretarías Departamentales de Salud, para intensificar la vigilancia (detección y respuesta temprana de casos sospechosos)
- Se ha conformado equipos de trabajo en: vigilancia en salud pública, vigilancia fronteriza, comunicaciones, guías clínicas, laboratorios, fortalecimiento de red de servicios, prevención y control de enfermedad en la comunidad y vigilancia en porcinos, vinculando a otras agencias e instituciones del gobierno como, Aerocivil, DAS, DIMAR, Instituto Nacional de Salud, Instituto Colombiano Agropecuario.
- A nivel departamental, distrital y local en IPS y EPS se dio inicio la implementación y despliegue del plan de prevención y mitigación de pandemia.
- Se declaró la Situación de desastre como medida de precaución que permitió al Gobierno colombiano autorizar y disponer de 6,5 millones de dólares para fortalecer la vigilancia sanitaria y médica a la población del país y responder de manera rápida y efectiva.

17. ¿Que deben tener en cuenta los colombianos?

- Mantener la calma, no consultar si no reúne las condiciones descritas en el punto 9 o hasta que se de una nueva directriz. **Siga las recomendaciones del médico y no se automedique.**
- Mantenerse alejado de personas que tengan infección respiratoria.
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón.
- Procure no saludar de beso ni de mano
- Evite escupir en el suelo y en otras superficies expuestas el medio ambiente
- Mantener limpias las cubiertas de cocina y baño, manijas y barandales, así como juguetes, teléfonos, grifos u objetos de uso común





Ministerio de la Protección Social

República de Colombia
Dirección General de Salud Pública
Grupo de Vigilancia en Salud Pública
Centro Nacional de Enlace - CNE

- Mantener aireados y permitir la entrada de sol en la casa, oficinas y en todos los lugares cerrados
- No compartir alimentos, bebidas, vasos o cubiertos.



- Al toser o estornudar, cúbrase la boca y nariz con un pañuelo desechable. Esto evitará que las personas a su alrededor se enfermen. Deseche el pañuelo en una bolsa de plástico cerrada
 - Abrigarse y evitar cambios bruscos de temperatura.
 - Comer frutas y verduras ricas en vitamina A y C: zanahoria, papaya, guayaba, mandarina, naranja, limón, piña, etc.
 - Evitar la exposición a contaminantes ambientales y no fumar en lugares cerrados y cerca de niños, ancianos y personas enfermas.
 - Evite tocarse ojos, boca y nariz: Los gérmenes se diseminan cuando una persona toca algún objeto contaminado y luego se toca los ojos, boca o nariz.
- Procure evitar entrar en contacto con la gente enferma.

18. ¿Qué recomendaciones para el personal de salud que está en contacto con enfermos?

Es muy importante que las instituciones prestadoras de servicios (IPS), tengan en cuenta las siguientes directrices:

- Preparar estrategias de adecuación y fortalecimiento del recurso humano, recurso físico-técnico e insumos, ampliación de camas disponibles en urgencias y hospitalización, para lograr una oportuna y adecuada atención en consulta de urgencias, en atención en salas ERA y de salas de observación de urgencias.
- Definir estrategias que disminuyan al menor tiempo posible, la estadía en salas de espera en los pacientes con enfermedad respiratoria aguda, para acceder a la atención inicial de urgencias o consulta prioritaria.
- Definir procesos para asegurar la entrega oportuna y adecuada de medicamentos a personas con Enfermedad Respiratoria Aguda que después de ser atendidos regresan a su hogar, para continuar su manejo.
- Determinar áreas de salas de espera y de atención en urgencias y hospitalización que eviten el hacinamiento y por ende la infección cruzada, o en su defecto crear estrategias que disminuyan en forma clara el riesgo de infección cruzada por virus.
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón.



Ministerio de la Protección Social

República de Colombia
Dirección General de Salud Pública
Grupo de Vigilancia en Salud Pública
Centro Nacional de Enlace - CNE

- Realizar seguimiento a personas que estuvieron en contacto cercano (a menos de 180 cm de distancia) de un caso confirmado mientras estuvo enfermo y hasta 7 días del inicio de la enfermedad; o informarles que deben contactar al personal de salud pública si presentan fiebre, o algún síntoma del tracto respiratorio hasta 7 días después de la última exposición conocida con el caso enfermo.

Para entrevista de individuos sanos (sin cuadro respiratorio agudo), incluyendo contactos cercanos de casos confirmados de infección por virus de influenza A (H1N1), no es necesario equipo personal de protección o quimioprofilaxis.

Para entrevista de un caso enfermo, sospechoso o confirmado de influenza, se recomienda lo siguiente:

- Mantener una distancia de por lo menos (2 metros) de la persona enferma, o
- Uso de equipo personal de protección: mascarilla N95 probado – ajustado (si no esta disponible, usar mascara quirúrgica).

Para recolección de especímenes respiratorios de un caso confirmado o sospechoso de influenza A (H1N1), se recomienda lo siguiente:

- Uso de equipo personal de protección: mascarilla N95 probado – ajustado, guantes desechables, bata y gafas.
- Al finalizar, disponer los equipos de protección personal en una bolsa de desechos biológicos peligrosos para su adecuado manejo.

19. ¿Cómo reconocer a un enfermo grave para remitirlo al hospital?

Desde este momento se deberá vigilar con mucho cuidado a los pacientes que presenten infecciones de vías respiratorias. Los enfermos graves se reconocen por fiebre alta y alguno de los siguientes signos de alarma:

ADULTOS	NIÑOS
- Dificultad para respirar	- Fiebre y Respiración anormal: respiración rápida, dificultad para respirar o ruidos extraños al respirar, se le nota un hundimiento en el pecho que no tiene normalmente
- Vómito o diarrea Persistentes	- No puede comer o beber nada, o vomita todo.
- Trastornos del estado de conciencia	- Si el niño o la niña es menor de dos meses y presenta fiebre.
- Agravamiento de una	



Ministerio de la Protección Social

República de Colombia
 Dirección General de Salud Pública
 Grupo de Vigilancia en Salud Pública
 Centro Nacional de Enlace - CNE

ADULTOS	NIÑOS
enfermedad crónica	<ul style="list-style-type: none"> - Niño que permanece muy decaído cuando cede la fiebre. - Está anormalmente somnoliento o no se despierta con facilidad. - Presenta convulsiones. - Empeoramiento de la tos y la fiebre

20. ¿Cuáles son las acciones básicas a tener en cuenta en unidades de atención médica?

TIPO DE PACIENTE	REFERENCIA
Sano, sin sintomatología respiratoria	Domicilio
Sintomatología respiratoria no compatible con influenza	Domicilio
Caso probable de Influenza por definición operacional de caso sin enfermedad crónica agregada	Aislamiento domiciliario estricto
Caso probable de Influenza por definición operacional de caso, con enfermedad crónica controlada, sin complicaciones pulmonares	Unidad médica hospitalaria con aislamiento estándar
Caso probable de Influenza por definición operacional de caso, con enfermedad crónica descompensada y/o complicaciones pulmonares	Unidad médica hospitalaria con aislamiento estándar

Adaptado del: recomendaciones del CDC y boletín de acciones básicas ante la intensificación de transmisión de influenza de la Secretaría de Salud de México