

# Influenza

La **influenza** (“gripe”) es una infección viral contagiosa que principalmente afecta la nariz, la garganta, las vías respiratorias y los pulmones. Es uno de los virus que más cambian; los cambios en las proteínas del virus pueden ser pequeños y continuos, o abruptos. Los brotes de gripe ocurren anualmente, por lo general, desde noviembre hasta marzo, en el hemisferio norte. Se infectan, aproximadamente, entre el 5% y el 20% de los estadounidenses cada temporada de gripe. La mayoría de las personas mejora en el término de una semana, pero, en el caso de los ancianos, los bebés, los niños y las personas con algunas enfermedades crónicas, la influenza puede representar un riesgo para la vida. En los Estados Unidos, más de 36,000 muertes y 200,000 hospitalizaciones se relacionan con la influenza estacional cada año. El número del 19 de octubre de 2011 de JAMA incluye un artículo acerca de la influenza H1N1. Esta Hoja para el Paciente está basada en otra publicada anteriormente en el número de JAMA del 4 de noviembre de 2009.

## TIPOS DE INFLUENZA

Los virus de influenza se clasifican como tipo A, B o C. El tipo A es el más común y causa la mayoría de las epidemias graves. La influenza puede infectar a muchos animales, como patos, pollos y cerdos, así como a seres humanos. El tipo B puede causar epidemias, pero estas, por lo general, son más leves que las de la influenza tipo A. El tipo C nunca ha estado asociado con una epidemia. La influenza no es lo mismo que un resfriado común. De manera similar, la gastroenteritis no es influenza. En 2009, un virus nuevo de la influenza H1N1 tipo A comenzó a causar una enfermedad generalizada. La Influenza A sigue siendo el tipo más común de influenza estacional.

## TRANSMISIÓN

La influenza se transmite de persona a persona por medio de gotículas cuando las personas infectadas tosen o estornudan. También es posible infectarse después de tocar una superficie que ha sido contaminada por alguien que tiene gripe. Las personas que viven en condiciones de hacinamiento o que van a la escuela tienen el mayor riesgo de infección. Las personas pueden transmitir la infección desde 1 día antes de que los síntomas se desarrollen y hasta 5 días después de enfermarse.

### EL RESFRIADO COMÚN EN COMPARACIÓN CON LA INFLUENZA

SÍNTOMA	RESFRIADO	INFLUENZA
Infección respiratoria causada por virus	Sí	Sí
Fiebre	Poco frecuente	Usual, dura de 2 a 3 días
Dolor de cabeza	Poco frecuente	Común
Dolores generales	Leve	Usual, por lo general, grave
Fatiga, debilidad	En ocasiones	Usual, hasta 2 a 3 semanas
Agotamiento	Poco frecuente	Usual
Congestión nasal	Común	En ocasiones
Estornudos	Usual	En ocasiones
Dolor de garganta	Común	En ocasiones
Tos	Leve a moderado	Común

## TRATAMIENTO Y PREVENCIÓN

La mejor defensa contra la influenza es la vacuna contra la gripe. Cada año, se crea una nueva vacuna, porque la influenza cambia anualmente. Se recomienda para la mayoría de las personas mayores de 6 meses. La vacuna contra la gripe para inyección se fabrica a partir de virus muertos y, por lo tanto, no puede transmitir la gripe. Entre los efectos secundarios de la vacunación, se pueden incluir los siguientes: dolor en el sitio de la inyección, fiebre, fatiga y dolor muscular. Para obtener información acerca de las recomendaciones de vacunas, consulte el sitio web de Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades). Se pueden usar medicamentos antivirales para tratar la influenza si estos se administran dentro de las 48 horas de los primeros síntomas. No se debe reemplazar la vacuna contra la gripe por los antivirales. No se deben usar antibióticos para tratar la influenza; son efectivos contra las infecciones bacterianas.

## PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades) [www.cdc.gov/flu/flu\\_vaccine\\_updates.htm](http://www.cdc.gov/flu/flu_vaccine_updates.htm)
- National Institutes of Health (Institutos Nacionales de Salud) [www.niaid.nih.gov/topics/flu](http://www.niaid.nih.gov/topics/flu)
- Organización Mundial de la Salud [www.who.int/hiv/en](http://www.who.int/hiv/en)

## INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en [www.jama.com](http://www.jama.com). Muchas están disponibles en inglés y español.

Fuentes: Centers for Disease Control and Prevention, National Institutes of Health, Organización Mundial de la Salud

Huan J. Chang, MD, MPH, Writer

Robert M. Golub, MD, Editor

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, la JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales del cuidado de la salud pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpressiones en grandes cantidades llame al 312/464-0776.

