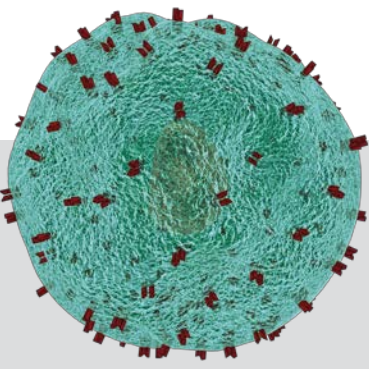


# La Gripe



La gripe está producida por un virus del tipo ARN. Se transmite vía aérea por los aerosoles que se expulsan al hablar, toser o estornudar, o por contacto con las mucosas en superficies contaminadas (al compartir utensilios de comida, por ejemplo). Puede contagiarse desde 1 día antes del inicio de los síntomas hasta más de 1 semana después de su misión. El periodo de incubación es de 1 a 4 días. Además de afectar a los humanos, también pueden padecer la gripe las aves, los cerdos o los caballos. El virus tiende a cambiar continuamente, y así evita la inmunidad adquirida por el huésped; por ello no es una enfermedad erradicable, y hay que fabricar una vacuna distinta cada año.

## 1. ¿Es una epidemia la gripe?

Generalmente hay una epidemia estacional invernal anual, y cada 20 o 30 años ocurre un cambio genético mayor en el virus lo que genera una pandemia que implica un alto índice de morbilidad y mortalidad. Esto es así porque las personas a las que afecta este virus no han tenido contacto con virus similares, anteriormente. Los síntomas de la gripe suelen iniciarse con fiebre, dolores musculares, malestar general, molestias de garganta y tos seca. La mayoría se recupera sin tratamiento específico en una o dos semanas, pero en ocasiones se producen complicaciones respiratorias (como neumonías, otitis, bronquitis, sinusitis), o el empeoramiento de las enfermedades crónicas de base (asma, bronquitis crónica, diabetes, insuficiencia cardíaca o renal, etc).

## 2. ¿Quiénes deben vacunarse obligatoriamente de la gripe, ¿es obligatoria en todos los casos?

Las vacunaciones no son obligatorias en España. Se realizan recomendaciones desde las autoridades sanitarias y desde las Sociedades Científicas con la intención de prevenir la enfermedad o sus repercusiones en el estado de salud de las personas. Muchos de los pacientes a los que se recomienda la vacunación tienen patologías de base que se van a descompensar o empeorar si padecen la gripe, pudiendo requerir ingresos hospitalarios que en ocasiones tienen como resultado final la muerte. Las principales indicaciones de la vacunación antigripal son: personas mayores de 60 años, personas de cualquier edad que presenten una condición clínica con alto riesgo de complicaciones, aquellas que pueden transmitir la gripe a individuos con alto riesgo, mujeres gestantes, y otros grupos (sanitarios, trabajadores en servicios públicos esenciales, etc...).

## 3. ¿Quiénes no deben vacunarse de la gripe y por qué?

No deben vacunarse las personas con alergia al huevo o que hayan padecido una reacción alérgica severa a una vacunación antigripal anteriormente. Tampoco deben vacunarse los niños menores de 6 meses. Además, en caso de padecer fiebre alta por una enfermedad aguda en el momento de vacunarse, debe retrasarse la administración de la vacuna.

## 4. ¿En qué época del año es más conveniente vacunarse de la gripe?

En las regiones templadas del hemisferio norte, las epidemias anuales se producen en los meses de invierno, generalmente entre noviembre y marzo. En función de ello, se inicia la vacunación previamente a su aparición.

## 5. ¿Qué riesgos pueden conllevar que no se vacune de la gripe una persona que debe hacerlo?

La persona que no se vacuna se expone a una mayor posibilidad de padecer la gripe. Cabe recordar que en una epidemia invernal normal, puede enfermar entre el 5 al 20% del total de la población, mientras que en caso de pandemia, puede hacerlo hasta el 50%. Las pandemias suceden cada 20 o 30 años cuando se produce un cambio genético mayor en el virus.

## 6. ¿Qué pasa si una persona que no está en el grupo de riesgo decide vacunarse?

Que vería reducida la posibilidad de padecer la gripe y, por extensión, de contagiar el virus a personas que sí pueden pertenecer a un grupo de riesgo. Las vacunas antigripales tienen muy buen perfil de seguridad. Sus efectos secundarios más frecuentes son dolor o ligera inflamación a nivel local de la inyección y, con poca frecuencia, ocurren síntomas generales.

## 7. ¿Cómo actúa la vacuna de la gripe?

La vacuna no incluye a virus vivos o enteros, sino que contiene únicamente partes de virus que son reconocidas en nuestro organismo por las células del sistema inmunológico. La respuesta inmunitaria a la vacuna aparece a las 2-3 semanas, y permanece 6-12 meses. La respuesta inmune es menor en ancianos, por lo que en ellos se utilizan vacunas con coadyuvantes que potencian el reconocimiento de los antígenos incluidos en la vacuna y la respuesta inmune hacia ellos.

## 8. ¿Vacunarnos de la gripe nos garantiza que nos vamos a librar de la enfermedad esta temporada?

Como todas las vacunas, la eficacia de protección ante la enfermedad no es del 100%. En el caso de la gripe, por los cambios constantes en el virus, la composición de la vacuna debe ser distinta cada año y, por ello, anualmente la eficacia es distinta. Para que la vacuna sea efectiva es fundamental la coincidencia entre los virus incluidos en la vacuna y los circulantes. Además, hay otros factores como la edad y el estado inmunitario de base del paciente, el tipo de vacuna utilizada, y la cobertura vacunal de toda la población (con coberturas bajas, no se llega a obtener una inmunidad de grupo). La eficacia vacunal se debe considerar como la media de las eficacias de varios años. Para la población >60 años suele estar en el 30-40%, aumentando en la población sana y joven hasta el 70-90%.

## 9. ¿Qué motivos hay para sí vacunarse?

La vacunación es la mejor estrategia disponible para prevenir la gripe. Los profesionales sanitarios tienen una razón ética para vacunarse, además de las razones puramente clínicas, pues como personal sanitario tienen mayor riesgo de exposición al virus o las enfermedades propias del individuo. Las razones clínicas para vacunarse se basan en una mayor susceptibilidad a padecer gripe por las características del individuo, o la existencia de enfermedades de base que aumentan la posibilidad de complicaciones. En general, la indicación de la vacuna es para: mayores de 60 años; personas de cualquier edad con una condición clínica con alto riesgo de complicaciones; quienes pueden transmitir la gripe a individuos con alto riesgo; mujeres gestantes, y otros grupos (sanitarios, trabajadores en servicios públicos esenciales, etc...).

## 10. ¿Y cuáles para no hacerlo?

No deben vacunarse las personas que hayan tenido una reacción alérgica severa a una vacunación antigripal anteriormente. Tampoco los niños menores de 6 meses. En caso de padecer fiebre alta por una enfermedad aguda, debe retrasarse la vacunación. Las personas con antecedentes de reacción alérgica severa al huevo, pueden vacunarse con cualquier preparado de vacuna antigripal, pero deben hacerlo en un centro sanitario y bajo supervisión médica.



La gripe produce ingresos en neonatos que pueden ser evitados mediante la vacunación de la madre gestante. A pesar de que la vacunación antigripal se recomienda durante el embarazo, la cobertura vacunal en gestantes, la cobertura es de la mitad que la vacuna de *tosferina dTpa*, recomendada para los mismos fines. Esto es reseñable por su aparente falta de sentido, ya que tanto las recomendaciones como el personal que interviene en recomendarlas es el mismo, y sin embargo el resultado es dispar.



La gripe tiene mayor incidencia en los niños que en los adultos. Además, hay niños en grupos de riesgo que deben ser vacunados, por tener un riesgo de ingreso hospitalario similar a los adultos con enfermedades crónicas.



La gripe provoca una enfermedad sistémica y no solo respiratoria, que produce una respuesta inflamatoria general, participando en la aparición de algunas complicaciones de enfermedad cardiovascular como ICTUS y cardiopatía isquémica. La vacunación antigripal es eficaz para la reducción de casos de estos padecimientos y de ingresos por estas causas.



La recomendación de los profesionales sanitarios es clave para que las vacunas sean aceptadas por la población. Es necesario reforzar la formación sobre vacunas entre los profesionales para implementar las recomendaciones. Debemos ser conscientes de que las dudas sobre la conveniencia de las vacunas o sobre su efecto beneficioso en la salud de la población favorecen las falsas creencias que son aprovechadas sin ninguna base científica por los movimientos antivacunas.