

## Información General sobre la Gripe Aviar

## **La gripe aviar**

### **Agentes que causan la gripe aviar**

La gripe aviar (H5N1) es un subtipo del virus de la Influenza A. Anteriormente se creía que la gripe aviar solamente infectaba a las aves, pero desde 1997 se han presentado varios casos de humanos infectados con la gripe aviar, en Hong Kong se registraron 18 casos de gripe aviar en humanos en 1997 y 2 casos en el 2003.

### **Características Clínicas**

La gripe aviar (H5N1) presenta síntomas clínicos similares a los de otros tipos del virus de la gripe/influenza, incluyendo fiebre, tos, flujo nasal, dolor de garganta, dolor de cabeza y dolor muscular. Sin embargo, es más propensa a causar fiebre muy alta, infecciones respiratorias, fallos respiratorios, enfermedades respiratorias graves, complicaciones severas de varios órganos vitales y hasta la muerte.

### **Modo de Transmisión**

Se cree que la gripe aviar (H5N1) es transmitida por el contacto del hombre con aves vivas infectadas o por el contacto con superficies infectadas con sus excrementos. La transmisión entre humanos es muy limitada.

### **Tratamiento**

Las personas infectadas con gripe deben descansar y dormir adecuadamente, beber suficiente líquido para mantener el cuerpo hidratado. Las medicinas contra la fiebre y los jarabes para la tos pueden ayudar a reducir los síntomas. No deberán tomarse antibióticos a menos que se presente una infección bacterial. Los pacientes también deberán seguir unas buenas normas de higiene personal y lavarse frecuentemente las manos para evitar el posible contagio del virus al tocarse la nariz o la boca con las manos. No se deberá suministrar aspirina a niños menores puesto que esto puede inducir el 'Síndrome de Reyes'. En pacientes con una baja resistencia inmunológica o cuando se presenten signos de agudización de los síntomas, por ejemplo, persistencia de fiebre alta o dificultades respiratorias se deberá contactar al médico cuanto antes.

La gripe aviar H5N1 es normalmente mucho más severa que una gripe o un 'resfriado' común y normalmente requiere de hospitalización. Los pacientes deben consultar el

médico lo antes posible. Algunas medicinas antivirales pueden ser efectivas en el tratamiento de la enfermedad. Las medicinas deberán ser utilizadas con cuidado siguiendo la prescripción médica, ya que estas pueden causarle efectos secundarios adversos.

### **Prevención**

La mejor protección contra la gripe común y la Gripe Aviar es mantener las defensas del cuerpo muy altas. Esto se puede lograr llevando una dieta equilibrada, haciendo ejercicio regularmente, descansando y durmiendo suficientemente, reduciendo los niveles de estrés y no fumando. Si tiene síntomas de resfriado, lo mejor es evitar asistir a lugares públicos donde no haya buena ventilación.

Las heces (excreciones) de las aves vivas contaminadas y la carne de pollo y de aves en general pueden contener el virus de la gripe aviar. Evite tocar el pollo, las aves vivas en general y sus excreciones o las superficies que están contaminadas con estas excreciones. Si ha estado en contacto con aves o pollo, inmediatamente lávese muy bien las manos con suficiente agua y jabón líquido. Si tiene un pájaro como mascota en casa, evite mantener un contacto muy cercano con este animal y lávese muy bien las manos después de tocarlo o después de limpiar sus excreciones. Las escuelas y guarderías deberán tener especial cuidado y no permitir que los niños entren en contacto con pájaros o aves vivas. El pollo y los huevos deberán ser cocinados muy bien antes de ingerirlos. Cuando viaje fuera de Hong Kong evite tocar pájaros, el pollo (carne de aves) y las aves vivas en general. Los viajeros que regresen de áreas endémicas deberán consultar a su médico de inmediato si presentan algún síntoma de gripe después del viaje. Coméntele a su médico el recorrido del viaje. Utilice una careta o tapabocas para evitar propagar la enfermedad.

Mantenga una buena higiene personal y del medio ambiente en todo momento. Mantenga las manos limpias, láveselas continuamente con jabón líquido, especialmente antes de comer o después de tocarse la nariz, la boca y los ojos. Al estornudar o toser cúbrase la cara con un pañuelo de papel desechable. Arroje los pañuelos utilizados en un basurero con tapa y luego lávese muy bien las manos.

Centro para la Protección de la Salud en Español

2833 0111

Página web del Departamento de Salud en Español

[www.chp.gov.hk](http://www.chp.gov.hk)