

Infórmate sobre la influenza [1]

Enviado por [Hector J. Alonso Quiñones](#) [2] el 15 diciembre 2015 - 12:16pm



[2]



Los exhortamos a informarse sobre la influenza y obtener la vacuna para protegerse del virus esta temporada.

En el 2009 vimos la histeria global que puede desatarse tras una influenza descontrolada. La enfermedad causada por el virus AH1N1, mejor conocida como la influenza porcina, infectó a cientos de millones de personas alrededor del mundo. En los Estados Unidos, los estimados más recientes revelan que el virus pudo haber infectado hasta 90 millones de personas y cobró alrededor de 12,500 vidas.

Curiosamente, aunque parezcan dramáticas, estas cifras van a la par con lo que se espera de una temporada de influenza común. Lo que destacó a esta temporada de las de años anteriores, además de su diseminación amplia, fue el alza en mortalidad en personas menores de 65 años. Mientras normalmente 20% de las muertes ocurren en personas menores de 65 años de edad, durante esta pandemia cerca del 80% de las muertes fueron en niños y adultos menores de 65 años. Este cambio en el contagio y desarrollo de la enfermedad fue el resultado de mutaciones en el virus que lo hicieron más peligroso para una persona saludable, ocasionando la muerte de individuos, cuyos sistemas inmunes típicamente hubiesen podido combatirlo. Los virus de la influenza mutan y se transforman todo el tiempo y es precisamente dado a estas mutaciones que es difícil erradicar la enfermedad o protegerse contra ella.

El virus de la influenza ha existido por mucho tiempo. Todos los años, durante la época de invierno, se observa un incremento en los casos de influenza alrededor del mundo, en especial en áreas donde se registran bajas temperaturas y disminuye la humedad, ya que el virus aparenta ser más estable bajo estas condiciones. El virus de la influenza se transmite de persona a persona a través de partículas en el aire emitidas al estornudar o toser, o al entrar en contacto con superficies infectadas previamente con el virus. ¿Cuáles son los síntomas? Una persona infectada con este virus normalmente presenta con fiebre, dolor muscular, de cabeza, garganta y/o tos. Los mismos generalmente duran por un período de una a dos semanas. Estos síntomas no difieren mucho a lo que parece un catarro común.

Entonces, ¿qué la hace tan peligrosa? Lo que hace a la influenza potencialmente letal son las complicaciones, tales como la pulmonía, una infección que causa inflamación y acumulación de fluido en los pulmones afectando la capacidad del individuo para respirar normalmente. Hay ciertos grupos de personas más propensos a desarrollar complicaciones severas incluyendo personas con su sistema inmune debilitado o que padecen de condiciones crónicas. Esto puede impedir que se combata la infección eficientemente. Entre aquellos susceptibles a complicaciones relacionados a la influenza se encuentran los infantes, mujeres embarazadas, personas mayores, obesas, con diabetes, VIH, asma o con problemas cardíacos.

El Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) recomienda como prevención una vacuna anual en contra de la influenza para toda persona mayor de 6 meses de edad. La razón por la cual debe ser anual y no una vez de por vida se atribuye a que el virus muta continuamente. Imagínese hipotéticamente que el virus es representado por un candado. La vacuna, la llave en este caso, es creada por los científicos quienes trabajan arduamente por descifrar cómo será el perfil genético del virus ese año y cómo se manifestarán los síntomas en la población. Sin embargo, el año que viene el virus consigue cambiar de cerradura, llevando a los científicos a buscar nuevamente otra llave para el candado. Generalmente, según el CDC, la vacuna tiene una efectividad de 40%-60% en la población.

La vacuna de esta temporada ya está en el mercado y está cubierta por muchos planes médicos. Se puede conseguir en farmacias como Walgreens o su centro de vacunación más cercano. Ya que estamos entrando en la temporada de influenza de este año, es importante vacunarse lo más pronto posible. Para más información sobre cómo vacunarse, se puede comunicar con la División de Inmunización del Departamento de la Salud a través del número de teléfono: 787-765-2929 Ext. 3338 / 3337.

Escrito por **Héctor Alonso Quiñones** [3], Estudiante de Medicina del Recinto de Ciencias Médicas, Universidad de Puerto Rico.

Referencias:

<http://www.salud.gov.pr/Dept-de-Salud/Pages/Unidades-Operacionales/Secretaria-Auxiliar-de-Salud-Familiar-y-Servicios-Integrados/Division-de-Inmunizacion-Vacunacion.aspx> [4]

<http://www.salud.gov.pr/Sobre-tu-Salud/Pages/Condiciones/Influenza.aspx> [4]

<http://www.who.int/topics/influenza/en/> [5]

<http://www.cdc.gov/flu/about/season/flu-season-2015-2016.htm> [6]

<http://www.cdc.gov/flu/about/qa/vaccineeffect.htm> [7]

<http://www.cdc.gov/flu/professionals/vaccination/effectiveness-studies.htm> [8]

<http://journals.plos.org/plospathogens/article?id=10.1371/journal.ppat.0030151> [8]

- Tags:**
- [influenza](#) [9]
 - [Conocimiento A Tu Salud](#) [10]
 - [vacunación](#) [11]
 - [fiebre porcina](#) [12]

Categorías (Recursos Educativos):

- [Texto Alternativo](#) [13]
- [Blogs CienciaPR](#) [14]
- [Biología](#) [15]
- [Salud](#) [16]
- [Biología \(superior\)](#) [17]
- [Ciencias Biológicas \(intermedia\)](#) [18]
- [Salud \(Intermedia\)](#) [19]
- [Salud \(Superior\)](#) [20]
- [Text/HTML](#) [21]
- [CienciaPR](#) [22]
- [Spanish](#) [23]
- [MS. Growth, Development, Reproduction of Organisms](#) [24]
- [6to-8vo- Taller 2/3 Montessori](#) [25]
- [9no-12mo- Taller 3/4 Montessori](#) [26]
- [Blog](#) [27]
- [Educación formal](#) [28]
- [Educación no formal](#) [29]

Source URL:<https://www.cienciapr.org/es/blogs/conocimiento-tu-salud/informate-influenza?language=es>

Links

- [1] <https://www.cienciapr.org/es/blogs/conocimiento-tu-salud/informate-influenza?language=es> [2]
- <https://www.cienciapr.org/es/user/hector-alonso?language=es> [3] <http://www.cienciapr.org/es/user/hector-alonso> [4] <http://www.salud.gov.pr/Dept-de-Salud/Pages/Unidades-Operacionales/Secretaria-Auxiliar-de-Salud-Familiar-y-Servicios-Integrados/Division-de-Inmunizacion-Vacunacion.aspx> [5]
- <http://www.who.int/topics/influenza/en/> [6] <http://www.cdc.gov/flu/about/season/flu-season-2015-2016.htm> [7]
- <http://www.cdc.gov/flu/about/qa/vaccineeffect.htm> [8]
- <http://www.cdc.gov/flu/professionals/vaccination/effectiveness-studies.htm> [9]
- <https://www.cienciapr.org/es/tags/influenza?language=es> [10] <https://www.cienciapr.org/es/tags/conocimiento-tu-salud?language=es> [11]

[tu-salud?language=es](https://www.cienciapr.org/es/tags/vacunacion?language=es) [11] <https://www.cienciapr.org/es/tags/vacunacion?language=es> [12]
<https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/texto-alternativo?language=es> [13] <https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/texto-alternativo?language=es> [14] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/blogs-cienciapr?language=es> [15] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/biology?language=es> [16] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/salud?language=es> [17] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/biology-superior?language=es> [18]
<https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/ciencias-biologicas-intermedia?language=es> [19]
<https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/salud-intermedia?language=es> [20]
<https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/salud-superior?language=es> [21]
<https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/txthtml?language=es> [22]
<https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/cienciapr?language=es> [23]
<https://www.cienciapr.org/es/taxonomy/term/32143?language=es> [24]
<https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/ms-growth-development-reproduction-organisms?language=es> [25] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/6to-8vo-taller-23-montessori?language=es> [26] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/9no-12mo-taller-34-montessori?language=es> [27] <https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/blog?language=es> [28] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/educacion-formal?language=es> [29] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/educacion-no-formal?language=es>