

Gripe

¡Protege a tus pacientes!

¡Protégete!

¡Vacúnate!



Gripe

¿Sabías que se recomienda la vacunación si trabajas en centros sanitarios?

La vacunación anual frente a la gripe de los profesionales sanitarios es importante para protegerte, proteger a tus compañeros y especialmente a tus pacientes de riesgo.

La gripe puede ser particularmente grave para los pacientes con más riesgo de desarrollar complicaciones.



Las complicaciones pueden ocurrir en cualquier persona, pero son mucho más probables en personas de alto riesgo.

Las complicaciones más frecuentes son neumonía, infección de oídos, infección de senos paranasales, deshidratación y empeoramiento de enfermedades crónicas tales como insuficiencia cardíaca congestiva, asma o diabetes. En la población de mayor edad, la gripe puede causar y/o empeorar la enfermedad cardiovascular y cerebrovascular (infartos cardíacos y derrames cerebrales). Las complicaciones pueden acarrear la hospitalización (en el 5% de los casos¹) y la muerte prematura, especialmente en la población de mayor edad y en las personas con enfermedades de base.

La vacunación es la medida más tangible y medible para el control de la transmisión de los virus de la gripe entre el personal sanitario y los pacientes.

Los grupos de riesgo comprenden a las personas mayores de 65 años y a los grupos de población con condiciones de riesgo incluyendo:

- enfermedades cardiovasculares (excluyendo hipertensión arterial aislada)
- enfermedades pulmonares, incluyendo displasia bronco-pulmonar, fibrosis quística y asma
- enfermedades metabólicas, incluida diabetes mellitus
- obesidad mórbida (índice de masa corporal ≥ 40 en adultos, ≥ 35 en adolescentes ó ≥ 3 DS en la infancia)
- insuficiencia renal
- hemoglobinopatías y anemias
- asplenia
- enfermedad hepática crónica
- enfermedades neuromusculares graves
- inmunosupresión, incluida la originada por la infección de VIH, por fármacos, en los receptores de trasplantes y pacientes con cáncer
- implante coclear o en espera del mismo
- trastornos y enfermedades que conllevan disfunción cognitiva: síndrome de Down, demencias y otras
- personas residentes en instituciones cerradas que padezcan procesos crónicos.
- personas que reciben tratamiento prolongado con ácido acetil salicílico
- mujeres embarazadas en cualquier trimestre de gestación.

¿Qué personas deben vacunarse?

Todo el personal sanitario y social directamente implicado en el cuidado de los pacientes que trabajen en:

- hospitales
- centros de salud
- residencias y centros de atención a personas de alto riesgo
- instituciones geriátricas
- cuidados domiciliarios

Esto incluye:

- médicos
- personal de enfermería
- auxiliares de enfermería
- conductores de ambulancias
- otro personal sanitario
- otro personal que proporcione cuidados
- personal administrativo en contacto con pacientes

1. Comparison of clinical features and outcomes of medically attended influenza A and influenza B in a defined population over four seasons: 2004-2005 through 2007-2008. Irving et al., Influenza and Other Respiratory Viruses. 2012 Jan;6(1):37-43. doi: 10.1111/j.1750-2659.2011.00263.x. Epub 2011 May 25.



¿Por qué debo vacunarme?

Cualquiera puede contraer la gripe. Si te infectas, puedes transmitirla a otros incluso aunque no presentes síntomas evidentes, ya que la gripe puede ser asintomática o con síntomas leves (hasta el 30%²). Los adultos sanos infectados son contagiosos desde un día antes hasta 5-7 días después de comenzar con los síntomas. La alta proporción de vacunación frente a gripe entre personal sanitario puede reducir la enfermedad relacionada con la gripe e incluso la mortalidad. Esto es particularmente relevante en ciertos lugares como residencias de mayores donde las personas tienen más probabilidad de desarrollar complicaciones relacionadas con la gripe y pueden tener una menor respuesta inmune a las vacunas.

“Los profesionales sanitarios tienen un riesgo de contraer la gripe significativamente mayor que otros adultos que trabajan en medios no sanitarios.”³

“La reducción de riesgo al vacunarse es equivalente a prevenir cinco muertes, dos ingresos hospitalarios con enfermedad gripal, siete consultas en atención primaria por enfermedad gripal y nueve casos de enfermedad gripal por 100 habitantes”⁴

¿Cuándo debo vacunarme?

Lo ideal es vacunarse a mediados de otoño cada año. La gripe estacional es impredecible y puede comenzar en el mes de octubre y durar hasta finales de mayo. Desde el momento de la vacunación, se tardan alrededor de dos semanas en desarrollar anticuerpos y proporcionar protección.

¿Por qué es necesario vacunarse cada año?

El virus de la gripe cambia cada año y por eso es necesario vacunarse cada año. La vacuna de la gripe se formula cada año para contener los subtipos de virus que circularán con mayor probabilidad.

Las vacunas de la gripe estacional son seguras

Aunque hay algún posible riesgo relacionado con la vacunación, los beneficios superan estos riesgos. La efectividad de la vacuna varía de un año a otro dependiendo de los virus que circulen cada estación.

Riesgos asociados con la infección por virus de la gripe	Riesgos asociados con la vacunación frente a la gripe ⁵
Síntomas frecuentes • Fiebre, dolor de garganta, mucosidad nasal, tos seca, cansancio, dolor de cabeza y dolor muscular • Quejido respiratorio y bronquiolitis en niños pequeños Complicaciones frecuentes • Neumonía • Infección de oídos • Infección de senos paranasales • Miocarditis • Pericarditis • Empeoramiento de enfermedad crónica (p.e. insuficiencia cardíaca) Complicaciones raras • Septicemia • Encefalopatía • Muerte	Acontecimientos adversos frecuentes (<1/100) • Dolor, enrojecimiento y/o inflamación alrededor del lugar de la inyección • Fiebre durante 1-2 días, puede ser alta en niños (>39°C) • Cansancio durante 1-2 días • Dolor muscular durante 1-2 días • Las reacciones adversas son más frecuentes en niños no expuestos a la vacuna con anterioridad comparado con adultos Acontecimientos adversos raros (<1/1.000) • Urticaria Acontecimientos adversos raros (<1/10.000) • Anafilaxia • Parestesias • Síndrome de Guillain-Barré (<1/1.000.000)

2. H1N1 hemagglutinin-inhibition seroprevalence in Emergency Department Health Care workers after the first wave of the 2009 influenza pandemic. *Pediatr Emerg Care.* 2011 Sep;27(9):804-7. doi: 10.1097/PEC.0b013e31822c125e.

3. Incidence of Influenza in healthy adults and healthcare workers: a systematic review and meta-analysis - *PLoS One* 2011; 6 (10):e26239

4. Effectiveness of an influenza vaccine programme for care home staff to prevent death, morbidity and health service use among residents: cluster randomised controlled trial - *BMJ* 2006; 333:1241

5. Several types of vaccines are available on the European market. Reported risks refer to inactivated influenza vaccines commonly used in organised immunisation programmes in the European Union.

La transmisión de la gripe y su impacto en España se vigila de manera constante por el Sistema de Vigilancia de la Gripe, gestionado desde el Instituto de Salud Carlos III, y enmarcado en la

Red Nacional de Vigilancia Epidemiológica

Este sistema de España está integrado en la Red Europea de Vigilancia de la Gripe (EISN) coordinada por el

Centro Europeo de Prevención y Control de Enfermedades (ECDC)

