

COMUNICADO OFICIAL DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MEDICINA DE FAMILIA Y COMUNITARIA (semFYC) SOBRE LA GRIPE

LOS PROFESIONALES SANITARIOS Y LOS CUIDADORES DE LAS PERSONAS MAYORES DEBERÍAN VACUNARSE CONTRA LA GRIPE

- ❖ **La gripe tiene un importante impacto sanitario por su rapidez de propagación y el alto número de personas afectadas**
- ❖ **La vacuna evita el 50-60% de las hospitalizaciones por neumonía o complicaciones en mayores de 65 años.**

Madrid, 28 de septiembre de 2007.- El próximo día 1 de octubre comienza en Madrid la campaña de vacunación de la gripe. La Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC) recuerda a los profesionales sanitarios y los cuidadores de personas mayores que deberían vacunarse. Esta sociedad científica, que representa a más de 19.500 profesionales de Atención Primaria, aconseja que la vacunación se lleve a cabo de manera preferente entre octubre y las dos primeras semanas de noviembre. Está indicada en todas las personas mayores de 65 años, enfermos crónicos y colectivos expuestos a contraer o propagar la enfermedad (personal sanitario, profesores,...).

“La gripe es una enfermedad típica del invierno, muy contagiosa y que una vez que estás enfermo no tiene tratamiento. La única opción es aliviar los síntomas, por lo que la prevención en las personas de alto riesgo mediante la vacuna es fundamental”, afirma el **doctor Javier Gómez Marco**, coordinador del Grupo de Infecciosas del Programa de Actividades Preventivas y Promoción de la Salud de semFYC (PAPPS).

Los principales beneficiarios de la vacuna son los mayores de 65 años y los enfermos crónicos, con el fin de evitar la mortalidad e ingresos hospitalarios a causa de las complicaciones asociadas a la gripe como son la neumonía o el agravamiento de las patologías crónicas. También se debe hacer hincapié en los profesionales sanitarios y cuidadores, tanto los que trabajan en instituciones cerradas como en residencias, hospitales y centros de salud, así como los familiares y cuidadores que les atienden en su domicilio para evitar el contagio y prevenir la aparición de brotes.

Aliviar síntomas

El tratamiento con analgésicos (paracetamol), el reposo y la ingesta de líquidos son las medidas más eficaces para aliviar los síntomas de la gripe (malestar general, dolor de cabeza, tos seca, etc.). La vacunación es eficaz hasta en un 40-70% de los casos y protege frente al virus durante un máximo de un año. “Es importante”, subraya el doctor Gómez Marco, “no utilizar antibióticos para tratar la gripe, salvo que el médico los indique por algún motivo justificado”.

La gripe es una enfermedad vírica aguda de las vías respiratorias, caracterizada por la aparición de fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares generalizados, postración, dolor de garganta y tos. Aunque la tos suele ser intensa y duradera, el resto de los síntomas suelen desaparecer a los dos-siete días. Se trata de una enfermedad con un importante impacto sanitario por la rapidez de propagación y por el importante número de personas afectadas, que además pueden llegar a presentar complicaciones graves en los enfermos de riesgo.

Las medidas preventivas son fundamentales para hacer frente a este proceso patológico, ya que se trata de una enfermedad vírica y autolimitada (que se cura sola). En este sentido, existen determinadas medidas elementales de autocuidado e higiene personal como son lavarse las manos frecuentemente, utilizar pañuelos desechables y taparse la nariz y la boca al estornudar; pautas todas ellas que contribuyen a evitar la propagación de la enfermedad, fundamentalmente en el ámbito familiar y laboral.

Medidas dirigidas a los profesionales

La mejor medida de prevención es el lavado de las manos con agua y jabón durante 15 segundos y fregado con cepillo, tanto por parte del cuidador como del enfermo en las siguientes situaciones:

- Cuando las manos estas sucias de alguna secreción del enfermo.
- Si no están sucias, después de cualquier contacto con el enfermo. El jabón debe ser antiséptico.
- Antes de cada comida, después de ir al WC.

Otras medidas convenientes son:

- Uso de guantes de un solo uso, antes de cualquier contacto con el enfermo.
- Aplicarse crema hidratante después de lavarse con jabón antiséptico.
- Mantener las uñas cortas.

También se indican las siguientes pautas preventivas:

La habitación del enfermo debe ventilarse varias veces al día.

- Conviene separar las personas enfermas de las sanas, sobre todo en instituciones; y asimismo, se deben restringir las visitas.

- Las personas sanas conviene que eviten los lugares cerrados en donde hay enfermos que tosen o que estornudan.
- El enfermo debe usar pañuelos de un solo uso para taparse la boca y nariz si estornuda o si tose. Los pañuelos usados deben tirarse en recipientes con cierre.
- La persona afecta de gripe no debe estar cerca de personas con asma o con neumopatías, en los cuales la enfermedad podría evolucionar peor.

*** Para más información, Gabinete de Prensa semFYC: 91/787.03.00**