



la influenza

datos y cifras



- Cada año se producen unos mil millones de casos de gripe estacional; de estos, entre tres y cinco millones son graves. La enfermedad causa entre 290,000 y 650,000 muertes respiratorias al año.
- El 99% de las muertes de menores de cinco años con infecciones de las vías respiratorias inferiores bajas relacionadas con la gripe se producen en países en desarrollo.
- Los síntomas comienzan entre el primer y el cuarto día después de la infección y generalmente duran alrededor de una semana.
- La gripe estacional es una infección respiratoria aguda causada por virus gripales. Es común en todas partes del mundo. La mayoría de las personas se recuperan sin tratamiento.
- La gripe se propaga fácilmente entre las personas cuando tosen o estornudan. La vacunación es la mejor manera de prevenir la enfermedad.
- El tratamiento tiene como objetivo aliviar los síntomas. Las personas con gripe deberían descansar y beber mucho líquido. La mayoría de las personas se recuperan por sí solas en una semana. Los casos graves y las personas con factores de riesgo pueden requerir

atención médica.

- Existen cuatro tipos de virus gripales: A, B, C y D. Los virus gripales de tipo A y B circulan y causan epidemias estacionales de la enfermedad.
- Los virus de tipo A se clasifican a su vez en subtipos de acuerdo con las combinaciones de las proteínas en su superficie. Actualmente circulan entre los seres humanos los subtipos A(H1N1) y A(H3N2). El A(H1N1) también se conoce actualmente como A(H1N1)pdm09, ya que causó la pandemia de 2009 y sustituyó al virus A(H1N1) que circulaba hasta entonces. Todas las pandemias conocidas han sido causadas por virus gripales de tipo A.
- Los virus de tipo B no se clasifican en subtipos, pero pueden dividirse en linajes: B/Yamagata y B/Victoria.
- Los virus de tipo C se detectan con menos frecuencia y suelen causar infecciones leves, por lo que carecen de importancia desde el punto de vista de la salud pública.
- Los virus de tipo D afectan principalmente al ganado y no parecen ser causa de infección ni enfermedad en el ser humano.

Cada año se producen unos mil millones de casos de gripe estacional; de estos, entre tres y cinco millones son graves. La enfermedad causa entre 290,000 y 650,000 muertes respiratorias al año.



signos y síntomas

- Los síntomas de la gripe generalmente comienzan unos dos días después de la infección por una persona portadora del virus. Los síntomas son:
 - Aparición súbita de fiebre
 - Tos (generalmente seca)
 - Dolor de cabeza
 - Dolores musculares y articulares
 - Malestar general intenso
 - Dolor de garganta
 - Secreción nasal.
- La tos puede ser intensa y durar dos o más semanas.
- En la mayoría de los casos, la fiebre y los demás síntomas desaparecen en una semana sin necesidad de atención médica. No obstante, en personas con alto riesgo, la gripe puede ser una enfermedad grave e incluso letal.

- La gripe puede empeorar los síntomas de otras enfermedades crónicas y, en casos graves, provocar neumonía y sepsis. Las personas con otros problemas médicos o síntomas graves deberían solicitar atención médica.
- La hospitalización y la muerte por gripe son más frecuentes en grupos de alto riesgo.
- En los países industrializados, la mayoría de las muertes relacionadas con la gripe se producen en personas de 65 años en adelante.
- No se conocen bien los efectos de las epidemias estacionales en los países en desarrollo, pero las investigaciones indican que el 99% de las muertes de menores de cinco años con infección de las vías respiratorias inferiores relacionada con la gripe se producen en esos países.



Los síntomas de la gripe generalmente comienzan unos dos días después de la infección por una persona portadora del virus.



Fuente:
 1. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/influenza-seasonal?gclid=CQKCOAucKqBHDvARlwAFZELm5GZEE3EJk5Uqwbk6d6H9Cz2AhuRw-H2KOBUoqaol5AkYgAwFEAlwCB>
 2. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/influenza-seasonal?gclid=CQKCOAucKqBHDvARlwAFZELm5GZEE3EJk5Uqwbk6d6H9Cz2AhuRw-H2KOBUoqaol5AkYgAwFEAlwCB>
 3. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/flu/symptoms-causes/syc-20351719>
 4. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/flu/symptoms-causes/syc-20351719>
 5. Comunicado CEVECE No. 207, fecha: 30/10/2023.

causas y factores de riesgo

- Los virus de la influenza viajan por el aire en gotitas cuando alguien que tiene la infección tose, estornuda, o habla. Puedes inhalar las gotitas de forma directa. También puedes entrar en contacto con los gérmenes mediante un objeto, como un teléfono o un teclado de computadora, y luego transferir los virus a los ojos, la nariz o la boca.
- Los factores que pueden aumentar los riesgos de contraer la gripe o tener complicaciones relacionadas incluyen los siguientes:
- Edad. La gripe estacional suele tener peores resultados en las y los niños menores de 2 años o en los adultos mayores de 65 años.
- Condiciones de vida o de trabajo. Las personas que viven o trabajan en centros con muchas y muchos otros residentes, como asilos de personas adultas mayores y convalescientes o cuarteles militares, tienen más probabilidad de contagiarse con la gripe. Las personas internadas en un hospital también corren un mayor riesgo.
- Sistema inmunitario debilitado. Los tratamientos para el cáncer, medicamentos antirrechazo, el uso prolongado de esteroides, un trasplante de órganos, un cáncer de la sangre, virus de la inmunodeficiencia humana o SIDA pueden debilitar el sistema inmunitario. Esto puede facilitar el contagio de la gripe y puede aumentar el riesgo de presentar complicaciones.
- Enfermedades crónicas. Las afecciones crónicas pueden aumentar el

- riesgo de tener complicaciones vinculadas a la gripe. Algunos ejemplos incluyen asma y otras enfermedades pulmonares, diabetes, enfermedades cardíacas y del sistema nervioso, trastornos metabólicos, problemas en las vías respiratorias y enfermedades de los riñones, el hígado o la sangre.
- Raza. Es posible que las personas indígenas estadounidenses y nativas de Alaska tengan un mayor riesgo de presentar complicaciones a raíz de la gripe.
- Uso de la aspirina para menores de 19 años. Las personas menores de 19 años que reciben un tratamiento a largo plazo con aspirina, corren el riesgo de desarrollar el síndrome de Reye (infección poco frecuente, pero grave, que provoca hinchazón en el hígado y en el cerebro) si contraen la gripe.
- Embarazo. Las personas embarazadas tienen más probabilidad de presentar complicaciones a raíz de la gripe, particularmente en el segundo y tercer trimestre. El riesgo continúa hasta dos semanas después del nacimiento.
- Obesidad. Las personas con un índice de masa corporal (IMC) de 40 o superior tienen un mayor riesgo de presentar complicaciones por la gripe.

Los virus de la influenza viajan por el aire en gotitas cuando alguien que tiene la infección tose, estornuda o habla. Puedes inhalar las gotitas de forma directa.



prevención

- La vacuna contra la gripe es especialmente importante ya que ésta y la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) causan síntomas similares. Tanto la COVID-19 como la gripe pueden propagarse al mismo tiempo. Recibir las vacunas es la mejor manera de protegerse de ambas. La vacuna contra la gripe podría disminuir los síntomas que tal vez se confundirían con los de la COVID-19.
- Prevenir la gripe y reducir la cantidad de personas con gripe grave y complicaciones derivadas de esta también podría reducir la cantidad de personas que necesitan hospitalización. La vacuna o el refuerzo contra la COVID-19 y la vacuna contra la gripe, se pueden aplicar al mismo tiempo, así lo refieren los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos.
- La vacuna contra la influenza no tiene una eficacia del 100%, por lo que también es importante tomar medidas para reducir el contagio de la infección, como las siguientes:
- Lávate las manos. Lavarse las manos con frecuencia con agua y

- jabón por lo menos durante 20 segundos es una manera eficaz de prevenir muchas infecciones comunes. Si no hay acceso a agua ni jabón, usa un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Evita tocarte la cara. Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca.
- Cúbrete la boca al toser y estornudar. Tose o estornuda en un pañuelo desechable, o en el codo. Luego, lávate las manos.
- Limpia todas las superficies. Limpia regularmente las superficies que se tocan con frecuencia, para prevenir la transmisión de la infección por tocar una superficie con el virus y luego la cara.
- Evita las multitudes. La influenza se contagia fácilmente en lugares donde la gente se junta, en centros de cuidado para niños/as, escuelas, edificios con oficinas, auditorios y transporte público. Al evitar las multitudes cuando la temporada de influenza está en su punto máximo, reduces la probabilidad de infectarte.



La vacuna contra la gripe es especialmente importante ya que ésta y la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) causan síntomas similares.

en México

- En México, comenzó a circular de manera simultánea la COVID-19 junto con el virus de la influenza B y del tipo A como es el caso del H3N2 y la cepa pandémica H1N1; asimismo del sincitial respiratorio (VSR), que tuvo repuntes importantes en el 2022 y cuyo comportamiento se ha incrementado; además de bacterias y de hongos respiratorios.
- Aunque los virus de la influenza estacional se detectan durante todo el año, los virus suelen circular en otoño e invierno durante lo que se conoce como la temporada de influenza. El inicio y duración exactos de las temporadas de influenza varían, pero la actividad de la influenza a menudo comienza a aumentar en octubre. En México, el medio de divulgación ENFARMA refiere que, con base en datos de las autoridades sanitarias mexicanas, en la temporada de influenza 2022-2023 se reportaron tres veces más casos que la temporada pasada, sumando hasta febrero 2023, 8,900 casos positivos y 251 defunciones.
- De acuerdo con el Boletín Epidemiológico que publica el Instituto de Salud del Estado de México (ISEM) hasta la Semana Epidemiológica (SE) 38 (17 al 23 de septiembre de 2023) en el Estado de México se reportaron 1,390,929 casos de IRA's (Infecciones Respiratorias Agudas) de las cuales 595,815 fueron hombres y 795,114 mujeres. Las

- Jurisdicciones con más casos reportados fueron: Toluca con 164,435 (71,388 hombres y 93,047 mujeres), Ecatepec con 124,424 (52,777 hombres y 71,647 mujeres) y Cuautitlán con 106,835 casos (46,621 hombres y 60,214 mujeres), estas enfermedades afectan más a las mujeres.
- Con datos abiertos de la Secretaría de Salud Federal de los casos de COVID-19 hasta el 25 de octubre de 2023 se habían reportado 768,105 casos acumulados desde el inicio de la pandemia en el Estado de México (396,265 hombres y 371,840 mujeres), el Valle de México concentra el 84.33% (632,228 casos). En la Entidad, se han registrado a la fecha 1,184,091 casos negativos a COVID-19, representando el 56.84% del total de casos en la Entidad, se tienen registradas 12,246 defunciones. En hospitales Infecciones Respiratorias Agudas Graves (IRAG) del Estado de México, al 24 de octubre del 2023 y de 20 hospitales que reportaron (de 30 en total), ninguno reportó ocupación de camas generales, ni pacientes en cama con ventilador. Por lo que respecta a la ocupación en camas Generales, el porcentaje de ocupación estatal a la fecha es del 0%, lo que observa un decremento con relación al reporte previo.

De acuerdo con especialistas, la temporada actual de influenza podría ser de las más severas registradas en México porque por primera vez circularán al mismo tiempo varios virus como la influenza tipo A y B, COVID-19 y el sincitial respiratorio (VSR), que provoca infecciones graves, como bronquitis y neumonía, lo que elevará el riesgo de hospitalizaciones.



Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

Gobierno del Estado de México
Secretaría de Salud

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica
y Control de Enfermedades
Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,
Toluca, Estado de México, C.P. 50150
Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y
realizar comentarios, visítanos en:

www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/
correo: cevece@salud.gob.mx

o síguenos por:

