

Tu vida sin gripe

Llega el invierno y con él la aparición de casos de gripe. Subir a un ómnibus del transporte público y sentir estornudos o la clásica tos, escuchar esos sonidos en el cine y demás acompañan los meses del otoño y del invierno. Pero ...

¿Qué es la gripe?

La gripe es una de las enfermedades más antiguas y comunes que se conocen. Hacia el año 412 a.C., Hipócrates definió por primera vez la enfermedad causada por el virus de la gripe. A lo largo del tiempo y por su gran capacidad de mutación este virus ha desarrollado nuevas cepas cambiando en el tiempo algunas de sus características, de tal manera que la cepa de virus circulante una temporada puede ser diferente a la de la temporada anterior. Es además muy difícil de controlar su contagio, por lo cual la gripe no se puede erradicar y sigue siendo una de las enfermedades más frecuentes.

¿La gripe es una infección?

Sí, la gripe es una enfermedad vírica del tracto respiratorio causada por el virus de la influenza (virus RNA). Se distinguen tres tipos de virus de la gripe: A, B y C, según las características antigénicas de dos de sus proteínas internas.

¿Es una enfermedad muy contagiosa?

La gripe es una enfermedad altamente contagiosa, que puede afectar a cualquier persona. Cada año afecta casi al 40% de la población mundial. El virus de la gripe pasa fácilmente de una persona a otra a través del aire por las gotitas y pequeñas partículas

esparcidas cuando los individuos afectados tosen o estornudan. La transmisión también puede ser a través de las manos, objetos, juguetes u otro contacto personal. El virus ingresa en el cuerpo a través de la nariz o la garganta. La enfermedad se transmite rápidamente entre las personas y el frío y el tiempo seco permiten al virus sobrevivir largo tiempo fuera del cuerpo.

El periodo de incubación de la enfermedad antes de la aparición de los síntomas es de 18-72 horas. La mayor parte de las personas infectadas desarrollan la enfermedad durante 6-10 días.

¿CÓMO PUEDO RECONOCER SI ESTOY CON GRIPE?

Generalmente la gripe aparece de forma repentina con los siguientes síntomas:

- Fiebre alta (39º-40ºC) que aparece de forma súbita y persiste 3 o 4 días.
- Fatiga y debilidad importantes, puede prolongarse durante 2 o 3 semanas.
- Dolor de cabeza intenso
- El dolor en músculos y articulaciones puede ser importante.
- Tos intensa y algunas veces estornudos.
- Dolor de garganta.
- Lagrimeo ocular.
- Congestión nasal.
- Gran postración.

La severidad de la gripe, tanto en las epidemias como en las pandemias, es muy variable. Por ello a veces algunos de los síntomas no son tan significativos y la gripe puede presentarse sin alguno de los clásicos síntomas, por ejemplo, sin fiebre alta, sin dolor de cabeza, o sin tos.

¿Dura mucho la infección y sus síntomas?

La mayoría de las personas se recuperan en 1-2 semanas sin requerir ningún tratamiento médico. El tratamiento sintomático con antigripales es habitual en el caso de la gripe sin complicaciones. En los niños, ancianos y personas con enfermedades crónicas, la gripe puede llegar a ser una enfermedad seria. En este último caso, la gripe puede producir complicaciones severas de la enfermedad de base como: Complicaciones de las vías respiratorias altas, complicaciones pulmonares, complicaciones extrapulmonares como descompensación de enfermedades subyacentes (insuficiencia cardíaca o renal, diabetes, etc.).

Tratamiento preventivo:

Inmunización activa mediante la administración de la vacuna de la gripe que es de indicación en poblaciones de riesgo.

Tratamiento sintomático:

El tratamiento sintomático es habitual en el caso de la gripe sin complicaciones con medicamentos que logren:

- Acción antitérmica
 - Acción analgésica
 - Acción antihistamínica
- Y un buen tratamiento, que contemple:
- Ingerir abundantes líquidos
 - Hacer reposo en cama, hasta la desaparición de los síntomas.

El uso de antigripales :

El uso de antigripales es habitual y se busca con ellos mejorar la clásica sintomatología gripal. El antigripal ideal, debe contener un analgésico y antipirético que no agreda el estómago, como el paracetamol o acetaminofeno, y que por su acción farmacológica permite combatir la fiebre, los dolores musculares y la cefalea. También es importante que contenga un descongestivo-antialérgico para aliviar la rinorrea, el lagrimeo y los estornudos tan molestos.



Aspirina C



Jarabe Propoleo.
Alivia la tos.



Web C, antigripal



BIO GRIP. Antigripal



ACF C Caliente. Alivia la Gripe



Zolben C

Si bien la gripe es una convidada de todos los inviernos, contamos con recursos para que la gripe no nos impida disfrutar los encantos de esta estación del año. Un buen antigripal administrado apenas aparecen los primeros síntomas junto con medidas que nos ayuden a aumentar nuestras defensas constituyen la fórmula para no perdernos nada de lo bueno que tiene el invierno!

*Tus consultas nos importan!
Te esperamos en San Roque para darte el mejor asesoramiento.*