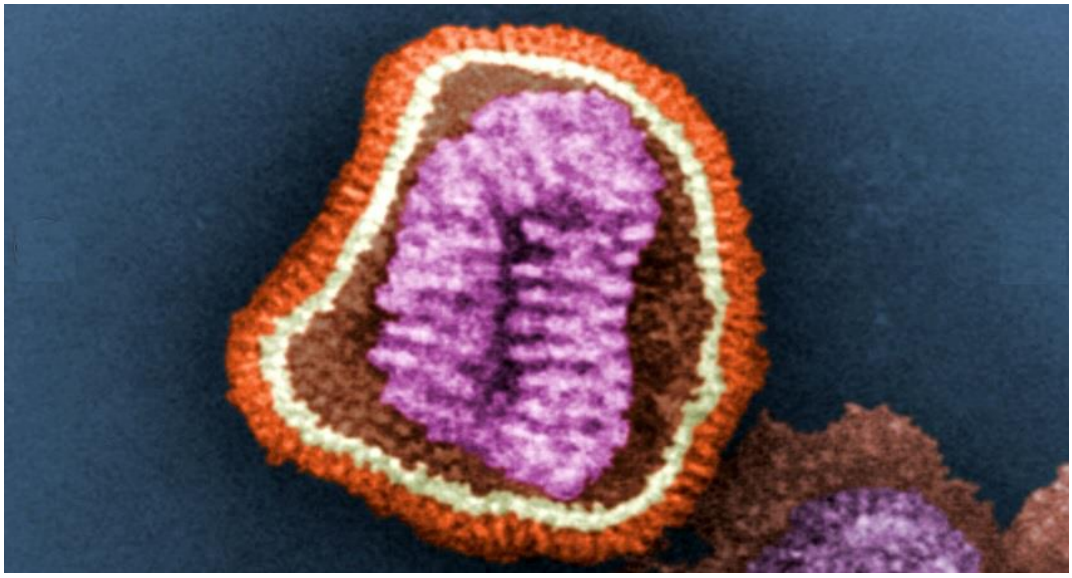
Todo sobre la gripe: síntomas, vacuna, labor del ISCIII…

14/01/2020

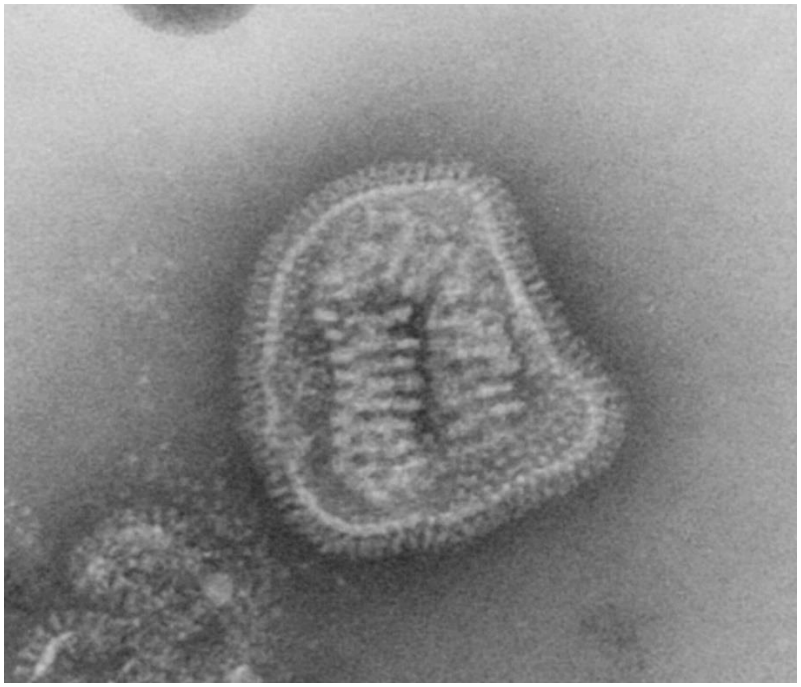
La gripe es una enfermedad respiratoria vírica, caracterizada por síntomas como fiebre -que no siempre aparece-, tos, dolores musculares, dolor de cabeza y garganta, intenso malestar y abundante secreción nasal. En la mayoría de los casos los síntomas desaparecen en el plazo de una semana, sin necesidad de atención médica, aunque en personas consideradas de riesgo la enfermedad sí puede llegar a ser grave.



Cada año, la gripe afecta a miles de personas en España, especialmente a los grupos de riesgo. El Instituto de Salud Carlos III (ISCIII), por medio del Centro Nacional de Epidemiología y del Centro Nacional de Microbiología, realiza labores de investigación y seguimiento del virus y su influencia sobre la salud de la población. El ISCIII coordina el Sistema de Vigilancia de la Gripe en España, que ofrece información actual sobre la situación y evolución de la gripe.

La gripe estacional se propaga con rapidez en los inviernos de las regiones templadas, como España, provocando las clásicas epidemias estacionales, que en el entorno europeo pueden llegar a afectar en torno a un 20% de la población. En las regiones tropicales la gripe puede aparecer a lo largo de todo el año.

Al toser o estornudar, las personas infectadas dispersan en el aire, a distancias de hasta 1 metro, gotículas infecciosas que contienen virus, infectando así a las personas que están cerca e inspiran esas gotículas. El virus también puede transmitirse por contacto, por ejemplo a través de las manos. Para prevenir la transmisión es recomendable lavarse las manos frecuentemente y cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo al toser, o hacerlo en la parte interior del codo. El periodo de incubación (tiempo transcurrido entre la infección y la aparición de la enfermedad) es de unos 2 días, pero puede oscilar entre 1 y 4 días.



Los grupos de mayor riesgo de sufrir complicaciones graves derivadas de la gripe son las embarazadas, las personas mayores y todas las personas de cualquier edad con enfermedades crónicas (cardiacas, pulmonares, renales, metabólicas, neurodegenerativas, hepáticas o hematológicas) o inmunodeprimidas (por enfermedades como el VIH/sida o ciertos cánceres, o por tratamientos como la quimioterapia o los corticoides). Los profesionales sanitarios también tienen un mayor riesgo de infectarse por los virus de la gripe y, sobre todo, pueden trasmitirlos a personas con alto riesgo de complicaciones.

Los pacientes con enfermedad leve pueden recibir tratamiento basado en el alivio de los síntomas, como la fiebre, aunque la gripe tiene la misma duración, en torno a una semana, con o sin tratamiento. Si la enfermedad es leve no es preciso acudir al médico. En el caso de personas con enfermedad grave o progresiva asociada a la gripe que requieran hospitalización, deben recibir fármacos antivirales lo antes posible, en las primeras 48 horas después del inicio de síntomas para maximizar el beneficio terapéutico. Hay que recordar que la gripe, al ser una enfermedad causada por virus, no se trata con antibióticos.

Para establecer un diagnóstico definitivo es necesario obtener muestras respiratorias adecuadas y confirmar la infección gripal por pruebas de laboratorio, ya que otros virus respiratorios (rinovirus, virus respiratorio sincitial, adenovirus…) también pueden causar síndromes gripales que dificultan el diagnóstico diferencial. La confirmación de la infección se realiza habitualmente mediante aislamiento del virus o detección del RNA específico del virus por una técnica denominada PCR-RT (reacción en cadena de la polimerasa con retrotranscriptasa), tras análisis de muestras de secreciones faríngeas, nasales o nasofaríngeas.

Vacunación para grupos de riesgo

Más allá de la prevención para evitar contagios, la vacuna anual contra la gripe estacional es la mejor forma de protegerse contra la enfermedad, explica Amparo Larrauri, coordinadora epidemiológica del Sistema de Vigilancia de Gripe en España e investigadora del Centro Nacional de Epidemiología del ISCIII.

No todo el mundo debe vacunarse. La estrategia de vacunación está basada en prevenir las complicaciones graves y, por tanto, está dirigida a los grupos con alto riesgo: personas mayores, embarazadas en cualquier trimestre de gestación y personas con enfermedades crónicas. También deberían vacunarse los trabajadores sanitarios, fundamentalmente para reducir el riesgo de transmitir la infección a los pacientes más vulnerables.

Las vacunas contra la gripe producen anticuerpos protectores aproximadamente dos semanas después de la vacunación. Por ello, lo mejor es vacunarse antes de que los virus de la gripe comiencen a propagarse. La composición de la vacuna va cambiando cada año y protege contra los virus incluidos en la vacuna de cada temporada.

Ya que los virus de la gripe están en constante evolución y sufren mutaciones, la Organización Mundial de la Salud (OMS) actualiza las recomendaciones para la composición de la vacuna dos veces al año, en febrero para el hemisferio norte y en septiembre para el hemisferio sur, con objeto de que los virus vacunales se parezcan lo más posible a los virus que circulan entre la población. La OMS obtiene esta información de los sistemas de vigilancia de gripe activos en todo el mundo y coordinados por el Sistema de Vigilancia y Respuesta Global de Gripe de la OMS (GISRS).

Pese a que la vacuna de la gripe no siempre se caracteriza por una alta efectividad, está demostrado que disminuye el riesgo de infección, de hospitalizaciones y muertes relacionadas con la enfermedad. En otras palabras, la recomendación de vacunación en los citados grupos poblacionales está basada en numerosas evidencias científicas, tal y como recuerdan cada año las autoridades sanitarias y las sociedades científicas.

Por lo general, las vacunas actuales contra la gripe funcionan mejor contra los virus A(H1N1)pdm09 y B, mientras que ofrecen menor protección (en torno a un 25%) frente a los virus A(H3N2). En España, el Centro Nacional de Epidemiología y el Centro Nacional de Microbiología (CNM) del ISCIII participan en la red de investigación I-MOVE desde 2008, con el estudio 'cycEVA' (casos y controles para la efectividad de la vacuna antigripal), realizado en el marco de redes centinela de vigilancia de gripe, y también con estudios realizados en el ámbito hospitalario.

Hay diferentes tipos de vacunas. Las llamadas vacunas trivalentes brindan protección frente a tres virus gripales: un virus de gripe A(H1N1)pdm09, un virus de gripe A(H3N2) y uno de los virus de gripe B (un linaje). Las tetravalentes incluyen también el otro linaje de virus B. Además, algunas vacunas están diseñadas específicamente para personas mayores de 65 años para crear una respuesta inmunitaria más fuerte.

La efectividad de la vacuna contra la gripe puede variar en función de múltiples factores. Entre ellos, la edad y el estado de salud de la persona que la recibe, y la concordancia entre los virus incluidos en la vacuna y los que están en circulación. En los años en que la vacuna antigripal no coincida exactamente con los virus de la gripe en circulación, es posible que la vacunación contra la gripe ofrezca poco beneficio. Además, incluso en los años en que la vacuna antigripal coincida con los virus circulantes, la protección vacunal variará en función de los citados factores: características de la persona que se vacuna, virus circulante esa temporada e incluso, posiblemente, del tipo de vacuna antigripal.

Por estas razones, la vacuna antigripal, especialmente frente a A(H3N2), es susceptible de mejoras sustanciales que aumenten la efectividad y la duración de la protección. Sin embargo, se ha demostrado que incluso en temporadas con una efectividad limitada de la vacuna para proteger de la infección gripal, la vacuna puede evitar un número considerable de episodios de gripe de diversa gravedad, dando lugar a un impacto muy positivo en salud pública.

Vigilancia de la gripe En España

El Sistema de Vigilancia de Gripe en España (SVGE), coordinado por el ISCIII, ofrece información clave para entender la estacionalidad de la gripe y sus características epidemiológicas y virológicas, explica Larrauri: "Permite evaluar el impacto y la gravedad de las epidemias anuales, identificar grupos con alto riesgo de enfermedad grave y mortalidad y prepararse para posibles futuras pandemias".

Según recuerda el Ministerio de Sanidad, en España la vigilancia de la gripe se realiza a través de la Red Nacional de Vigilancia Epidemiológica, al que pertenece el SGE. La información es suministrada por las comunidades autónomas mediante el Sistema de Enfermedades de Declaración Obligatoria, y posteriormente declarada a nivel central al Centro Nacional de Epidemiología, que recoge y gestiona toda la información a nivel nacional.

Además, el Sistema de Vigilancia de Gripe en España recoge información para evaluar la efectividad de la vacuna antigripal y contribuir a las recomendaciones de la OMS sobre la composición de la vacuna antigripal cada año. El objetivo global de los sistemas de vigilancia es obtener la máxima información posible sobre los episodios de gripe, con el objetivo fundamental de contribuir al control y la prevención de la enfermedad por parte de las autoridades de salud pública.

Se trata de una labor compleja, ya que la enfermedad gripal responde a la típica imagen de iceberg, con diversos niveles de gravedad. Los sistemas de vigilancia sólo permiten acceder a la pequeña porción del iceberg que emerge a la superficie y que está constituida por la información procedente de los pacientes que acceden al sistema sanitario: casos de gripe leve que consultan atención primaria, los casos hospitalizados -más o menos graves- y las defunciones originadas en el hospital.

El Centro Nacional de Epidemiología estima cada año la carga de enfermedad que ha producido la epidemia gripal, es decir, del impacto de la gripe en la población: se contabilizan casos de gripe leve atendidos en atención primaria, hospitalizaciones con gripe confirmada, admisiones en UCI con gripe confirmada y muertes atribuibles o relacionadas con gripe producidas en cada epidemia gripal. Anuncia el comienzo que cada onda epidémica y permite conocer cada semana cuál es el grado de circulación de los virus gripales y su difusión geográfica.