

Prevención de la influenza durante el embarazo

Prevention of influenza during pregnancy

E.E.I Beatriz Díaz Mercado*, **Mtra. Magdalena Franco Orozco

*E.E. Hospital Infantil de México Federico Gómez, ** Coordinadora de la Especialidad en Enfermería Infantil ENEO-UNAM**

Resumen

La influenza es una enfermedad de las vías respiratorias causada por un virus extremadamente contagioso, existen tres tipos diferentes de virus (A, B, C) los cuales pueden mutar (cambiar), y existen varios subtipos. Es más frecuente en otoño e invierno. Es importante porque afecta a todas las edades, y en mutaciones importantes del virus suele causar complicaciones graves e incluso la muerte en un gran número de personas, frecuentemente niños y ancianos. La influenza no es lo mismo que un resfriado común aunque ambas son enfermedades respiratorias agudas y tienen síntomas comunes, el microorganismo que causa la Influenza es diferente al que causa el resfriado o gripe común.

El pasado 23 de abril fue el día crítico, en donde México se convirtió en el centro de la atención mundial por un brote de influenza atípica declarado como epidemia por el secretario de Salud, José Ángel Córdova Villalobos.

Influenza is a disease of the respiratory routes caused by an extremely contagious virus, exist three types different from virus (To, B, C) which can muter (to change), and exist several subtypes. He is more frequent in autumn and winter. It is important because it affects all the ages, and in important mutations of the virus usually it even causes to serious complications and the death in a great number of people, young and frequently old. Influenza is not just like a common cold although both are acute respiratory diseases and have common symptoms, the microorganism that causes the Influenza is different from which it causes the common cold.

The past 23 of April were the critical day. The situation already was inocultable, not only for the Mexican population, but especially for international the sanitary authorities. Mexico became in center of the world-wide attention by an atypical

La influenza tipo A H1N1 es un virus al cual todos somos susceptibles sin embargo, las mujeres embarazadas son más propensas a ser hospitalizadas por las complicaciones de la influenza en comparación a mujeres no embarazadas de la misma edad. El embarazo cambia el sistema inmune en la madre, al igual que puede afectar el corazón y los pulmones. Estos cambios pueden poner a la mujer embarazada en alto riesgo de complicaciones por causa de la influenza. Ante la mayor sensibilidad que existe entre las mujeres embarazadas, el Secretario de Salud sostuvo la importancia de fortalecer las medidas de precaución en las gestantes no exponiéndose a lugares públicos y en cuanto a las trabajadoras, no acudir a laborar para evitar contagios.

Palabras clave: Influenza, Embarazo, Enfermería, Prevención.

Abstract

bud of influenza that this day was declared as epidemic in press conference and connects national, by the secretary of Health, Jose Angel Cordova Villalobos.

Influenza virus is a type AH1N1 to which everyone is susceptible, however pregnant women are more likely to be hospitalized for complications of influenza compared to non-pregnant women of the same age. Pregnancy changes in the mother's immune system, as it can affect the heart and lungs, these changes may put pregnant women at high risk for complications, and the Health Secretary said the importance of strengthening measures caution in pregnant women not to attend crowded places and not come to work to prevent infection.

Key words: Influenza, Pregnancy, Infirmary, Prevention

INTRODUCCION

La influenza es una enfermedad de las vías respiratorias muy contagiosa, causada por un virus que cambia periódicamente. Algunas personas la llaman "gripe", flu o monga. Es mucho más severa que el catarro común. La enfermedad se presenta súbitamente y su período de incubación es aproximadamente de dos días pero puede variar de 1 a 5 días, las manifestaciones son: fiebre alta de 3 a 4 días, dolor de cabeza y músculos, tos seca, sin expectoración, debilidad, cansancio, ardor en los ojos, falta de apetito, a medida que la fiebre disminuye, pueden aparecer secreciones nasales, dolor en el torax. Luego de que laboratorios de Canadá y Estados Unidos confirmaran la presencia de un nuevo virus de influenza en México, el gobierno federal se vio obligado a dar a conocer medidas extraordinarias para evitar la propagación de la epidemia que hasta el mes de abril se elevó a 29 defunciones.¹

El funcionario federal explicó que en coordinación con las entidades determinaron dotar a las unidades de salud con antivirales, antibióticos y material suficiente para disminuir el riesgo de contagio y comunicar a la población las medidas preventivas, entre ellas:

- Mantenerse alejados de las personas que tengan insuficiencia respiratoria; lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón; no saludar de beso, ni de mano, evitar acudir a lugares concurridos, evitar escupir en el suelo, cubrir la boca al toser o estornudar con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo y tirar inmediatamente el pañuelo en una bolsa de plástico.
- En casa: Mantener ventilada la casa sin crear corrientes bruscas de aire, permitir la entrada del sol a casa, mantener limpias las cubiertas de cocina y baño manijas y barandales así como juguetes, teléfonos y objetos de uso común.

En relación a las mujeres embarazadas se hizo especial énfasis en tomar medidas de prevención adecuadas, pues debido al proceso biológico en el cual se encuentran, sobre todo en los primeros meses de gestación, su sistema inmunológico está deprimido, por lo tanto las infecciones virales son mucho más agresivas en las mujeres embarazadas.²

De igual forma en los hospitales de la ciudad de México se dio la indicación de restringir las visitas, a todos los pacientes, proporcionarles cubre bocas y de aislar a los pacientes con sospecha o comprobación de influenza.

PROPOSITO

Dar a conocer la información básica sobre la influenza, los riesgos y medidas necesarias para prevenir el contagio sobre todo en mujeres embarazadas que se encuentran vulnerables a cualquier enfermedad.

LA INFLUENZA EN MEXICO

El pasado 23 de abril fue el día crítico. México se convirtió en el centro de la atención mundial por un brote de influenza atípica que ese día fue declarado como epidemia en conferencia de prensa y enlace nacional, por el secretario de Salud, José Ángel Córdova Villalobos. Ese día se reportaron un total de 13 casos fatales en la Ciudad de México registrados al menos desde el 18 de marzo, que sumarían 20 en todo el país hasta ese momento.⁴

EL 12 de mayo del 2009 el número de casos de influenza, confirmados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) alcanzó los 5, 251 en 30 países, cifra en la que se incluyen 61 fallecidos por esa enfermedad. México ha informado de 2, 059 casos del nuevo virus gripal confirmados en laboratorio, incluidos 56 fallecimientos, indicó la OMS. Por su parte, Estados Unidos reportó la infección en 2, 600 personas (incluidos tres decesos), mientras que en Canadá, el tercer país más afectado, se han confirmado 330 casos, incluido un fallecido. La Secretaría de Salud (SSA) dio a conocer que el país vive una epidemia de influenza, y determinó suspender las clases en todos los niveles educativos públicos y privados, desde el preescolar hasta las universidades.

ANTECEDENTES DE LA INFLUENZA

El virus de la influenza A se aisló en 1933 y el B en 1936, esto permitió la caracterización y desarrollo de vacunas inactivadas. Desde el punto de vista de salud pública la influenza tipo A tiene la capacidad de infectar a humanos y algunas especies de animales tales como: aves, cerdos, tigres, entre otros.⁵

Agente causal: El virus de la influenza es un virus ARN de una sola hebra, es miembro de la familia de los Orthomyxovirus. Hay 3 tipos antigénicos básicos A,B,C, que son determinados por el material nuclear. El virus de la influenza tipo A tiene subtipos determinados por los antígenos de superficie hemaglutinina (H) y neuraminidasa (N). El virus de la influenza A causa enfermedad moderada a grave. Infecta a animales (aves, cerdos) y humanos, afectando a todos los grupos de edad. El virus de influenza B afecta sólo a humanos, causa enfermedad más leve

que el tipo A. El virus de influenza C no se ha asociado a epidemias, rara vez causa enfermedad en humanos.

Mecanismo de transmisión: Se transmite de persona a persona por contacto directo a través de secreciones respiratorias producidas por toser o estornudar, o a través de artículos contaminados recientemente.

Periodo de incubación: Usualmente es de dos días, pero puede variar de 1 a 5 días.

Periodo de transmisión: El paciente es infectante 24-48 horas antes del inicio de los síntomas hasta 4-5 días de la enfermedad, puede ser más largo en niños pequeños e inmunocomprometidos. No existe estado de portador.

Fuente de infección: Secreciones respiratorias de personas infectadas.

Manifestaciones clínicas

La influenza se caracteriza por fiebre de inicio súbito, con escalofríos, cefalea, malestar general, mialgias difusas y tos seca. Posteriormente signos respiratorios consistentes en dolor de garganta, congestión nasal y tos intensa. Puede haber infección y dolor conjuntival, dolor abdominal, náuseas, vómitos y diarrea. En niños pequeños puede producir un cuadro séptico, o neumonía. Los síntomas sistémicos y la fiebre duran de 2 a 3 días, rara vez más de 5.⁶

DIAGNÓSTICO

El diagnóstico de influenza se sospecha con base en los hallazgos clínicos. El diagnóstico específico se basa en el cultivo viral de secreciones nasofaríngeas obtenido dentro de los 3 días de iniciada la enfermedad, o por detección de anticuerpos séricos específicos.

TRATAMIENTO

El tratamiento es solamente sintomático, no se deben utilizar antibióticos ya que estos sirven para combatir a las bacterias no a los virus. Existen algunos medicamentos que pueden ser empleados en los pacientes con influenza. Estos son la amantadina, rimantadina, oseltamivir y zanamivir. Los dos primeros se encuentran disponibles en nuestro país y solo son efectivos contra los virus tipo A. La acción de estos medicamentos ayuda a acortar la enfermedad en aproximadamente uno

o dos días siempre y cuando sean administrados en las primeras 48 horas de inicio del padecimiento. Estos medicamentos son de uso delicado y solo deben ser prescritos por personal médico.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

Abrigarse y evitar cambios bruscos de temperatura. Cubrir la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo. Tirar inmediatamente el pañuelo en una bolsa de plástico. Alimentarse adecuadamente y consumir abundantes frutas y verduras ricas en vitaminas A y C (zanahoria, papaya, guayaba, naranja, lima, limón, mandarina y piña, etc.). Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón de preferencia líquido o utilizar un limpiador de manos a base de alcohol. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca tanto como sea posible. Mantenerse alejado de personas enfermas. Dormir suficiente, hacer ejercicio, controlar el estrés, tomar muchos líquidos. Evitar saludar de mano o de beso. Evitar estar en contacto con personas enfermas. Evitar acudir a lugares muy concurridos. No compartir alimentos o escupir en el suelo. En casa: Mantener ventilada la casa sin crear corrientes bruscas de aire. Permitir la entrada de sol a casa. Mantener limpias las cubiertas de cocina y baño, manijas y barandales, así como juguetes, teléfonos y objetos de uso común. Evitar exposición a contaminantes ambientales.⁷

LA INFLUENZA Y LA EMBARAZADA

El embarazo cambia el sistema inmune en la madre, al igual que puede afectar el corazón y los pulmones, ya que diversas proteínas plasmáticas y esteroides producidos por la placenta alteran la respuesta inmunitaria materna incluyendo la glucoproteína beta, específica del embarazo y el lactogéno placentario humano estos suprimen de manera inespecífica la respuesta inmune local en el embarazo. La placenta funciona como inmunoabsorbente y reduce la respuesta en contra del feto al atrapar los componentes inmunitarios maternos.⁸ Especialistas señalan que las complicaciones por la influenza, como neumonía bacteriana y la deshidratación, pueden ser serias y hasta fatales.

Las vacunas contra la influenza se consideran seguras en cualquier etapa del embarazo. Casi todas las mujeres que estarán embarazadas durante la temporada de la influenza (de noviembre a marzo) deben recibir la vacuna contra la enfermedad. La única excepción es para aquellas mujeres embarazadas alérgicas al huevo. Ya que la elaboración de la vacuna se realiza con este producto.

Para administrar la vacuna durante el embarazo debe esperar hasta el segundo o el tercer trimestre como precaución razonable.

La Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS) informó que las mujeres trabajadoras en periodo de gestación o de lactancia deben ser excusadas de prestar sus servicios en empresas o establecimientos en donde se encuentren altamente expuestas a contagiarse del virus de la influenza, sin que sufra perjuicio su salario, prestaciones y derechos.

En efecto, las trabajadoras embarazadas o que se encuentran amamantando a sus hijos, están protegidas por la ley en este periodo de contingencia epidemiológica, según los artículos 166 y 167 de la Ley Federal del Trabajo.

En tal virtud, las trabajadoras embarazadas y las que estén alimentando a sus hijos en este periodo de contagio epidémico, deben recibir por parte de los empresarios o patrones, los apoyos y facilidades que establecen las disposiciones jurídicas citadas. Por otra parte, se destaca que el artículo sexto del "Decreto por el que se ordenan diversas acciones en materia de salubridad general, para prevenir, controlar y combatir la existencia y transmisión del virus de influenza estacional epidémica", publicado en el Diario Oficial de la Federación el 25 de abril de 2009, conmina a los patrones a brindar los apoyos y facilidades que establecen las disposiciones jurídicas en materia de salubridad general.⁸

Prevención de la influenza durante el embarazo

La influenza es una mutación viral que se transmite por secreciones y, debido a que las mujeres embarazadas suelen tener las defensas disminuidas, es muy importante que tengan especial cuidado al seguir las recomendaciones que la Secretaría de Salud ha emitido para evitar contagio. Estas son:

- Mantenerse alejadas de las personas que tengan infección respiratoria.
- No saludar de beso ni de mano.
- No compartir alimentos, vasos o cubiertos.
- Ventilar y permitir la entrada de sol en todos los lugares cerrados.
- Mantener limpios los objetos de uso común como teléfonos, juguetes, manijas, barandales, baños etc.
- Abrigarse y evitar cambios bruscos de temperatura.
- Comer frutas y verduras ricas en vitaminas A y C (zanahoria, papaya, guayaba, naranja, mandarina, lima, limón y piña).
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón.
- Evitar exposición a contaminantes ambientales.
- No fumar en lugares cerrados ni cerca de niños, ancianos o enfermos.
- Acudir al médico inmediatamente en caso de presentar un cuadro de fiebre alta de manera repentina, tos, dolor de cabeza, muscular y de articulaciones.



Las vacunas contra la influenza se consideran seguras en cualquier etapa del embarazo. Casi todas las mujeres que estarán embarazadas durante la temporada de la influenza (de noviembre a marzo) deben recibir la vacuna contra la enfermedad. La única excepción es para aquellas mujeres embarazadas alérgicas a los huevos. Las mujeres embarazadas deben recibir la vacuna contra la influenza en forma de inyección, pero deben evitar la vacuna nasal contra la influenza (LAIV). Su uso no está aprobado para mujeres embarazadas.⁹

Información sobre la lactancia materna

Los bebés que no están siendo amamantados son en particular más vulnerables a sufrir infecciones y hospitalizaciones por enfermedades respiratorias graves. Se debe recomendar que las mujeres que den a luz empiecen a amamantar al bebé enseguida y que lo hagan frecuentemente. Lo ideal es que los bebés reciban la mayor parte de su nutrición de la leche materna. En lo posible se debe evitar complementar la alimentación con leche en fórmula, para que el bebé reciba tantos anticuerpos maternos como sea posible.

Si la mamá está enferma, debe continuar lactando al bebé e incrementar la frecuencia con que lo alimenta. Si debido a su enfermedad la mamá no puede amamantar en forma segura al bebé, se le debe recomendar su extracción. Se desconoce si existe un riesgo de transmisión de influenza porcina a través de la leche materna. Sin embargo, son muy poco frecuentes las notificaciones de viremia debido a la infección por la influenza estacional.

CONCLUSION

Se puede concluir que la influenza es una enfermedad de las vías respiratorias muy contagiosa y que México vivió un periodo de brote de influenza que puso en alerta a la Secretaría de Salud y sobre todo a la población en general para que se siguieran las medidas preventivas necesarias y establecidas para evitar el contagio y poder controlar para evitar así una pandemia y dar a las personas con sospecha de influenza o las que ya estaban enfermas, los cuidados y el tratamiento necesario. Las medidas de prevención de contagio fueron las adecuadas ya que esto redujo el porcentaje de personas infectadas, el repartir trípticos, cubre bocas y guantes a la población fue de suma importancia para que las personas tomaran en serio estas medidas y lo llevaran a cabo. Las mujeres embarazadas por encontrarse en un periodo en el cual están más expuestas y en alto riesgo de contagio la medidas preventivas que indico

la secretaria de salud evitaron que las mujeres embarazadas pudieran contraer esta enfermedad siguiendo cada indicación de forma adecuada, la medida más importante señalada fue evitar salir de casa para lo cual la secretaria de trabajo propuso el evitar asistir a los centros de trabajo sin que fuera perjudicial para ellas.

El profesional en Enfermería desempeñó un papel muy importante ya que es el encargado de proporcionar la información necesaria para prevenir y controlar la infección, dar los cuidados necesarios y específicos a las personas dentro de instituciones hospitalarias que tenían sospecha o que ya estaban enfermos, para lograr nuestro objetivo principal que es el bienestar de nuestros pacientes.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- 1 Epidemia de influenza (consultado 02/ 05/09 on line). Disponible en: <http://www.taringa.net/posts/salud-bienestar/2480285/Epidemia-de-Influenza-en-Mexico-%5BAler-ta-General%5D.html>
- 2 Pastrana. MEXICO-mujeres embarazadas y pobres mas vulnerables a influenza (consultado el 12/05/09 on line). Disponible en: <http://www.cimacnoticias.com/site/0...>
- 3 Son vulnerables a adquirir la influenza las mujeres embarazadas (consultado 12/05/09 on line). Disponible en: <http://www.notisistema.com/noticias/?p=174692>
- 4 Influenza, mujeres embarazadas, grupo vulnerable (consultado el 29/04/09 on line). Disponible en: <http://www.eluniversal.com.mx/notas/596018.html>
- 5 Descripción de la influenza (consultado el 15/05/09 on line). Disponible en: <http://www.geosalud.com/vacunas/influenza.htm>
- 6 La influenza en Mexico (consultado el 02/06/09 on line). Disponible en: <http://www.Salud.gob.mx>
- 7 Todo sobre la influenza vacuna (consultado el 15/05/09 on line). Disponible en: <http://www.cmonkeys.net/blog/?p=2325>
- 8 Reeder-Martin L. Enfermería Materno Infantil 17ava Ed. Edit: Interamericana Mc Graw-hill. Mexico. 1995.
- 9 E-Consulta.Secretaría del Trabajo manda a su casa a mujeres embarazadas y en lactancia. (consultado el 29/04/09 on line). Disponible en: www.econsulta.com/index.php?option=com_content&task=view&id=26714&Itemid=181-50k
- 10 La influenza y la mujer embarazada (consultado el 28/04/09 on line). Disponible en: www.babycenter.com.mx/pregnancy/infecciones/influenza_porcina_embarazo

DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA

EEI. Beatriz Diaz Delgado: fabilu_mon03@yahoo.com