

LA GRIPE

¿Quién nunca ha sufrido de secreción nasal, estornudos, lagrimeo, malestar general, dolores musculares, dolor de cabeza, congestión nasal, tos..? Y más ahora que estamos en época de invierno...

Ciertamente, que son los síntomas de mayor frecuencia mundial.

Sin embargo, es imprescindible el saber diferenciar un resfriado común o catarro, de la gripe o influenza que puede alcanzar proporciones epidémicas, con posibles complicaciones de muerte.

Un resfriado o catarro es una respuesta sindromática, con un cuadro clínico común, caracterizado por síntomas que responden a un estado de irritación de las vías respiratorias superiores: secreción nasal, lagrimeo, congestión nasal, ojos enrojecidos, estornudos y tos. A pesar de poder ser muy similares sus manifestaciones, con los de la gripe, existen diferencias importantes. El catarro o resfriado común es una infección de vías respiratorias altas con síntomas locales; la gripe o influenza es una infección más severa que afecta a todo el cuerpo.

El catarro o resfriado común cursa con una febrícula leve (entre 37° y 38°C), mientras que en la gripe, ésta deviene en fiebre (de 38 a 39° C), e hipertermia (mayor de 39°C). Ambos tardan de uno a tres días en comenzar y pueden durar de 5 a 7 días, pero en el caso de la gripe, pueden haber complicaciones de vías respiratorias inferiores, con bronquitis o neumonía. El estado catarral, entonces, involucra localmente a las vías respiratorias altas y a la cara: la nariz, los ojos, senos, oídos, garganta; mientras la gripe compromete además al cuerpo entero con fiebre, dolores musculares, debilidad, malestar general.

Pueden haber complicaciones que habrán de reconocerse por la tos con esputo, la dificultad respiratoria, y el dolor torácico, siendo particularmente mas graves en menores de un año, personas mayores de 65 años, o enfermos de asma, enfisema, enfermedad cardíaca o diabetes.

Preocupa, porque estas complicaciones, conllevan a la quinta causa de muerte en nuestro país, las infecciones respiratorias.

Los catarros o resfriados comunes son más frecuentes entre los niños, pudiendo ocurrir, en ellos, hasta 8 cuadros catarrales al año. Existen más de 100 virus causales.

La gripe afecta mayormente a los adultos. La producen 3 virus conocidos como del tipo A; B y C, con numerosos subtipos y variedades que afectan al tejido bronquial con inflamaciones e infecciones concomitantes.

Para el catarro no existen vacunas. Su manejo debe atender a los síntomas, con reposo en cama, ingesta de muchos líquidos, y descongestionantes.

Su prevención depende de evitar cambios bruscos de temperatura, espacios aglomerados y encerrados, mala alimentación.

En el caso de la gripe, los laboratorios francocanadienses Pasteur Merieux Connaught han derivado una Vacuna FLUZONE, que debe administrarse en forma intramuscular cada otoño. Esta protege contra el virus hemophilus influenza tipo B, pero dada su alta variabilidad, debe actualizarse cada año. Además debe procurarse reposo, en ambiente con vaporizador, aislamiento, gárgaras de agua salada, aspirina o acetoaminofen (Tylenol) cada seis horas y descongestionantes nasales del tipo de Sudafed, o Clorotrimetón.

Es muy importante prevenir brotes gripales. Con sus legados históricos, durante la epidemia española entre 1918 y 1920, que cobró 20 millones de víctimas; la gripe asiática en 1957; la epidemia en Hong Kong entre 1968 y 1969, y la de 1976 nos ha demostrado su alta letalidad y su ciclicidad.

Ambas infecciones, el catarro y la gripe se transmiten por virus que se transportan en las 5,000 gotitas de moco que se expelen en cada estornudo, pudiendo llegar hasta 4 metros de distancia de la persona infectada. Un saludo de mano con una persona enferma que se acaba de limpiar la nariz, o un beso, bastan para el contagio. Ya no es suficiente la tradicional invocación “Jesus”, o “salud”, con cada estornudo, para que regrese el alma al enfermo, con su estado de salud.

Hay que conocer para poder prevenir.