



Las 10 claves que debes saber sobre el peligroso virus de la influenza

¿Cómo prevengo el contagio?, ¿debo o no vacunarme?, ¿por qué podría levantarse una alerta en Tarapacá?, son algunas de las interrogantes que aclaramos en La Tercera para que evites padecer el virus.

Esta mañana las autoridades sanitarias se reunirán en Tarapacá, región donde la tasa de casos contagiados ha quintuplicado la del promedio país, llegando a los 12 casos de fallecidos, e incluso, a poner en tela de juicio la realización de la tradicional **Fiesta de La Tirana**.

La Campaña de vacunación contra la influenza comenzó el 18 de marzo y pese a que concluyó formalmente el 31 de mayo, **los casos siguen en aumento**. Los factores externos como los temporales de lluvia empeoran el escenario y, al menos en el sector público, las dosis para vacunar a los grupos de riesgo continúan a disposición gratuita en todos los centros de salud del país.

Estas son las **10 claves que debes saber para informarte** respecto a la enfermedad respiratoria que hoy encabeza la agenda sanitaria.

1. **La influenza es un virus:** como enfermedad respiratoria, se le conoce también como "gripe" y puede provocar enfermedades que van desde cuadros leves a graves, y a veces complicaciones que ponen en peligro la vida.
2. **El contagio es de persona a persona:** a través de gotitas que quedan suspendidas en el aire después de que un paciente con influenza tose o estornuda. Por ello, es importante taparse con el antebrazo, tomando en cuenta que la saliva o mucosidad, generalmente abarcan hasta una distancia de un metro.
3. **Si te contagias, los síntomas serán los siguientes:** Fiebre alta, dolor de cabeza, cansancio que puede llegar a ser extremo, tos seca, molestia en la garganta, romadizo, dolor muscular y a veces los niños presentan cuadros de diarrea y vómitos.
4. **¿Cómo prevengo contagiarme?:** las medidas siguen siendo el lavado de manos y aislar a los enfermos por el virus, dada la alta probabilidad de que lo expandan a sus alrededores.
5. **¿En qué se diferencia de un resfrío?:** En la intensidad. Cuando se padece influenza, la fiebre es más alta, los dolores también más graves y por ello, amerita cuidado y reposo en el hogar, idealmente lejos de

espacios masivos para no contagiarse y no agravar el cuadro. Una persona con el virus, contagia desde el día anterior al que comenzó a sentir los síntomas.

6. **Los grupos de riesgo:** Deben evitar contagiarse principalmente las embarazadas de más de 13 semanas, los mayores de 65 años, los enfermos crónicos y los niños entre 6 meses y 4 años.
7. **¿Me debo vacunar o no?:** Si formas parte del grupo de riesgo, la recomendación de las autoridades sanitarias es que no esperes más para ir a vacunarte en forma gratuita y en tu consultorio más cercano. Si no perteneces al grupo objetivo pero, por ejemplo, convives con personas que sí corren riesgo, puedes conseguir la vacuna en farmacias. Según el último sondeo del Sernac, los consumidores a través de la venta privada, deben pagar desde \$6.500 hasta los \$11.800 pesos promedio, en el caso de las vacunas para adultos.
8. **¿Si la campaña de vacunación del Minsal terminó el 31 de mayo, puedo vacunarme aún?:** Si perteneces a los grupos de riesgo, puedes hacerlo. Incluso, las Seremis de Salud de cada región, tienen la facultad de extender las dosis a otros grupos que estimen convenientes, de forma adicional a la campaña, favoreciendo la prevención.
9. **¿Por qué en Tarapacá se vacunará de forma masiva?:** En siete días, Tarapacá pasó de tener la tasa de vacunación más baja del país, a tener la más alta. Esta mañana las autoridades sanitarias resolverán si se levanta una Alerta Sanitaria en la zona, para tomar otras medidas, dado que en esa Región los casos por influenza quintuplicaron el promedio del país este año.
10. **¿Debo vacunarme si quiero asistir a la Fiesta de La Tirana?:** La recomendación es que lo hagas pronto. La dosis demora en hacer efecto en promedio dos semanas, pero de todas maneras, es la única forma de prevenir el contagio, dado que los antivirales no son preventivos. Actúan en ocasiones- haciendo la enfermedad más breve o menos grave, una vez iniciada

Catalina Rojas O. - 05/07/2013 - 10:31 la tercera