Influenza (estacional y aviar)

Última actualización: 2025-05-09

Informaciones claves

Diferencias entre la influenza estacional y la influenza aviar

Hay muchos diferentes virus de la influenza, y a menudo circulan al mismo tiempo. La influenza estacional se refiere a diferentes virus de la influenza que circulan juntos entre los seres humanos siguiendo el mismo patrón cíclico o estacional cada año. Aunque los virus que causan la influenza estacional circulan todo el tiempo, las distintas regiones tienden a verse más afectadas en momentos diferentes, año tras año, en función de la posición global. Por ejemplo, la influenza estacional en el hemisferio norte suele alcanzar su punto álgido entre octubre y marzo, mientras que en el hemisferio sur suele hacerlo entre abril y septiembre.

La influenza aviar es un virus que afecta a las aves. En muy raras ocasiones, un virus de la influenza aviar infecta a una persona que tiene un contacto muy estrecho con aves. Por lo general, los seres humanos no pueden contagiar la influenza aviar de una persona a otra. Sin embargo, existe una pequeña posibilidad de que el virus se adapte de tal manera que resulte fácil para las personas contagiar el virus de persona a persona. Esto es peligroso porque las personas no tendrían inmunidad a este virus, ya que nunca han estado expuestas a él. Podría propagarse rápidamente y toda la población sería vulnerable a enfermar.

Transmisión: Influenza estacional - Por el aire o por gotitas, contacto directo; Influenza aviar - Contacto directo o indirecto con las mucosas (por ejemplo, los ojos, la nariz o la boca).

** Influenza estacional **

- Cuando las personas infectadas tosen, estornudan, se suenan la nariz o escupen, esparcen pequeñas partículas o gotitas por el aire, que luego son inhaladas por otras personas
- Contacto directo o indirecto (por ejemplo, al besar, compartir tazas o utensilios para comer) con saliva o mucosa nasal infectada

** Influenza aviar **

- Contacto directo o indirecto con un ave infectada o elementos contaminados del entorno del ave, como plumas o huevos
  - Por ejemplo, si una persona toca un ave infectada y luego se toca la nariz, la boca o los ojos, el virus se puede propagar a la persona.
- Aunque no es común, existe la posibilidad de que el virus mute una vez que un humano se haya visto afectado. Si esto sucede, es posible la transmisión de persona a persona (igual que la transmisión de la influenza estacional).

Los más vulnerables a las consecuencias graves

- Niños menores de cinco años
- Adultos mayores
- Las personas con sistemas inmunitarios debilitados u otros problemas respiratorios corren mayor riesgo de sufrir enfermedades graves

Más vulnerables a contraer la enfermedad

- Poblaciones desplazadas y otras que viven en entornos superpoblados

Síntomas

- Tos y secreción nasal (la tos puede ser seca o puede toser mucosidad o flema)
- Respiración dificultosa
- Dolor de garganta
- Dolores musculares
- Fiebre (a veces)
- Dolor de cabeza (a veces)
- Cansancio (a veces

¿Qué puedes hacer para prevenir y controlar una epidemia?

Monitoreo de la comunidad e identificación de personas enfermas

- Identificar y aislar a las personas enfermas antes de que propaguen la enfermedad a otros.

Tratamiento y control

- Derivación de casos graves (ejemplo: fiebre alta, dificultad para respirar, respiración acelerada) a establecimientos de salud.
- Manejar y mejorar la situación nutricional, especialmente de los niños.
- Fomentar la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida
- Verificar el estado nutricional de los niños menores de cinco años (examen CMB), derivar los casos de sospecha de desnutrición a los servicios de salud y apoyar la programación nutricional

Refugios y espacios seguros

- Reducir el hacinamiento y mejorar la ventilación en los refugios, lugares de trabajo y escuelas si es posible

Higiene respiratoria y de manos

- Promover una buena higiene de manos (lavado de manos con jabón)
- Promueva la higiene respiratoria y la etiqueta al toser (cúbrase al toser o estornudar con la manga o un pañuelo desechable, lavarse las manos después de toser o estornudar, no escupir en el suelo ni en público)
- Use protección personal (por ejemplo, mascarilla)

Movilización social y cambio de comportamiento

- Averigüe los consejos específicos que están dando las autoridades sanitarias y otras autoridades pertinentes
  - Promover las prácticas de salud recomendadas (como el distanciamiento social)
- Modele el seguimiento de este consejo e informe a los miembros de la comunidad sobre los consejos de prácticas de salud actuales.
- Ofrecer apoyo y aliento para seguir los consejos.
  - Tratar de comprender si no se están siguiendo los consejos de prácticas de salud y por qué.
  - Con la guía de su supervisor y las autoridades de salud, trabaje con las comunidades para superar las barreras para seguir los consejos de salud y las prácticas recomendadas.

Cartografía y evaluación comunitaria

- Haga un mapa de la comunidad.
- Marca la siguiente información en el mapa:
  - ¿Cuántas personas han enfermado de influenza estacional/aviar? ¿Dónde?
  - ¿Cuántas personas han fallecido? ¿Dónde? ¿Cuándo?
  - ¿Quiénes son las personas vulnerables y dónde se encuentran?

- ¿Dónde están las instalaciones y los servicios sanitarios locales? (incluya a los curanderos tradicionales)
- ** ¿Dónde están las granjas avícolas locales o los mercados de aves? (incluya los mercados que venden aves vivas y muertas)

- Anote la siguiente información en el reverso del mapa:
  - ¿Cuándo empezó a enfermar la gente de influenza aviar/estacional?
  - ¿Cuántas personas viven en la comunidad afectada? ¿Cuántos son niños menores de cinco años? ** Influenza aviar ** ¿Cuántas personas trabajan directamente con aves en granjas avícolas, mercados, etc.?
  - ¿Es frecuente que las personas vivan juntas en espacios abarrotados? ¿Hay ventilación y aire fresco en los hogares, escuelas y lugares de trabajo?
  - ¿Los niños se ven muy afectados por la influenza estacional/aviar? ¿Hay otros grupos (edades específicas, ocupaciones, zonas geográficas, etc.) que se vean gravemente afectados?
  - ¿Cuáles son los hábitos, prácticas y creencias de la comunidad sobre el cuidado y la alimentación de los enfermos? Considere las diferencias de funciones y responsabilidades entre mujeres y hombres.
    - Cuando los bebés y los lactantes están enfermos, ¿continúan las mujeres amamantándolos?
  - ¿Existe un programa de movilización social o de promoción de la salud?
  - ¿Cuáles son las fuentes de información más utilizadas/en las que más confía la gente?
    - ¿Existen rumores o información errónea sobre la influenza estacional o aviar? ¿Cuáles son los rumores?