



Segunda batería de preguntas-respuestas sobre la influenza A H1N1.

Actualizado el 7 de octubre de 2009.

Prevención

1. ¿Se tomarán las mismas medidas de higiene y prevención que la vez anterior?

Si, la más recomendable es lavarse constantemente las manos con agua y jabón, o limpiárselas con gel alcohol. También hay que evitar los saludos de beso o de mano. Al toser o estornudar hay que cubrirse la boca con la parte interna del codo. Luego de utilizar pañuelos desechables, hay que tirarlos a la basura dentro de una bolsita de plástico. Y no se deben compartir artículos personales como teléfonos celulares, computadoras, plumas, cubiertos...

2. ¿Nuevamente es mejor abstenerse de ir a lugares muy concurridos como estadios, cines, teatros, antros, etcétera?

En este momento no es necesario abstenerse de ir a lugares concurridos y se les hace saber si esta cambia.

3. En cuanto al uso del tapabocas, ¿es o no realmente indispensable para evitar el contagio del virus de la influenza A H1N1?

No es recomendable que las personas no afectadas por este virus lo usen. Deben usarlo sólo las que hayan adquirido la enfermedad para evitar contagiar o otras.

4. En la primera oleada de influenza A H1N1 se puso en práctica el aislamiento social. Ahora, para enfrentar este rebrote, he oído un nuevo concepto: aislamiento individual. ¿En qué consiste, qué significa?

Significa que si alguien presenta los síntomas de la enfermedad, debe quedarse en casa para no contagiar a más personas

La enfermedad

5. ¿Se puede decir que el tercer rebrote de influenza A H1N1 ya comenzó?

Sí, este tercer rebrote de la enfermedad comenzó hace algunas semanas.

6. ¿Este rebrote de influenza A H1N1 puede ser más fuerte y peligroso que la primera y la segunda oleadas de la enfermedad?

El virus ha mostrado una gran estabilidad en estos meses, por lo que es poco probable que eso suceda, pero sí podría esto cambiar, sobre todo por las condiciones climáticas, es decir, por el frío que se presenta durante la temporada invernal.

7. En este rebrote, ¿la enfermedad se presentará con los mismos síntomas o con otros?

Se presentará con los mismos síntomas.

8. ¿Cuáles son los síntomas más claros de la influenza A H1N1?

Fiebre mayor a 38 grados centígrados, tos, dolor de cabeza, acompañados por uno o más de los siguientes signos: escurrimiento nasal, inflamación de la mucosa de la nariz, dolores musculares, articulares, de garganta, de tórax y abdominal, y congestión nasal o diarrea.

9. ¿Influirá el frío de invierno para que haya más contagios de influenza A H1N1?

Sí, va a haber más casos que las veces anteriores.

10. ¿Las personas de todas las edades corren el mismo riesgo de contagiarse o hay algún sector de la población más vulnerable?

Las personas más vulnerables son las mujeres embarazadas, las mujeres que están dentro del puerperio de los primeros tres meses, los asmáticos, los pacientes con padecimientos crónicos (pulmonares, cardiovasculares, hepáticos y distrofias neuromusculares), los diabéticos, los pacientes inmunodeprimidos, los pacientes jóvenes que reciben en forma crónica terapia con ácido acetil salicílico (por el riesgo de que, si son contagiados, desarrollen el síndrome de Reye) y las personas obesas.

11. ¿Los jóvenes y los adultos menores de 65 años son los que menos riesgos corren de contraer esta enfermedad?

Sí.

12. ¿Qué se recomienda hacer con los niños pequeños enfermos? Buscar atención médica inmediata si presentan una respiración rápida o entrecortada, fiebre continua, dificultad para despertar o convulsiones.

13. ¿Hasta cuándo podría durar este rebrote de influenza A H1N1? Hasta febrero o marzo del próximo año.

14. ¿Se podrá erradicar alguna vez la influenza A H1N1 o tendremos que acostumbrarnos a convivir con ella todos los años, como ya ocurre con la influenza estacional?

No, la influenza A H1N1 llegó para quedarse.

15. ¿Cómo se puede distinguir una fuerte gripa, incluso la influenza estacional, de la influenza A H1N1?

En los casos leves (la inmensa mayoría) son iguales.

16. ¿Una persona con gripa es más susceptible de contraer el virus de la influenza A H1N1?

No es más susceptible.

El virus

17. ¿Cómo se contagia el virus?

De persona a persona mediante el contacto con secreciones provenientes de personas enfermas, ya sea por exposición directa al rocío de un estornudo o una tos, o al tocarse la boca, la nariz y los ojos con las propias manos contaminadas. En un estornudo o una tos, el virus puede viajar, en las gotas de *flugge*, hasta dos metros de distancia. Las personas pueden contagiarse al tocar algo que tiene el virus y luego llevarse las manos a la boca o la nariz. Cualquier superficie mucosa puede servir de puerta de entrada al virus.

18. ¿Ya se sabe con certeza dónde tuvo su origen el virus A H1N1?

No.

19. ¿Este rebrote significa que el virus se hizo más resistente y poderoso?

No.

20. ¿El virus A H1N1 puede mutar una vez más?

Sí.

21. Si la respuesta es afirmativa, ¿significa que la vacuna que se está desarrollando contra él perdería efectividad?

Sí, aunque el virus ha mostrado una gran estabilidad genética en estos meses.

22. Una vez que el virus sale al medio ambiente en un estornudo o en una tos, ¿cuánto tiempo dura activo?

Unas seis horas.

23. Si alguien adquiere el virus de la influenza A H1N1, ¿significa que morirá?

No. De hecho, la probabilidad de que esto ocurra es, hasta este momento, igual a la de las otras influencias, lo importante es que busque atención médica inmediata.

24. ¿Cuánto tiempo pasa desde que el virus entra en una persona y la aparición de los primeros síntomas de la enfermedad?

Uno a dos días.

25. ¿En qué momento una persona se convierte en un foco de infección: cuando adquiere el virus o cuando aparecen los primeros síntomas de la enfermedad?

Cuando empieza a tener fiebre, tos y estornudos, es más contagioso.

La vacuna

26. ¿La vacuna contra la influenza estacional sirve contra la influenza A H1N1?

No.

27. ¿Es efectiva la vacuna contra la influenza A H1N1 que ya se desarrolló en China?

Probablemente sí. Esta vacuna se ha desarrollado en otros países. Se deberá evaluar científicamente para probar su efectividad.

28. ¿Cuándo se podrá contar en México con la vacuna contra la influenza A H1N1?

Llegará a nuestro país en diciembre.

29. ¿Habrá el número suficiente de dosis de vacunas?

No.

30. ¿A quiénes vacunarán primero?

Al personal del sector Salud y a las personas en riesgo o más susceptibles.

31. ¿Tendrá un costo esta vacuna?

No.

32. ¿Se podrá conseguir en las farmacias o sólo la aplicarán en instituciones de salud públicas?

Solamente se aplicará en instituciones de salud públicas.

33. ¿Puede tener reacciones secundarias?

Sí, aunque aún no se sabe cuáles, generalmente es un malestar en el sitio de la infección.

UNAM

34. ¿Podría cerrarse de nuevo la UNAM por este rebrote de influenza A H1N1?

Si el virus no muta, es muy poco probable que eso suceda. De ahí que esté siendo monitoreado permanentemente.

35. ¿El recorte presupuestal aplicado a la UNAM influirá en las acciones sanitarias para prevenir este rebrote?

No, se tienen previstos los recursos necesarios.

36. ¿Hay algún plan para no perder el semestre en el supuesto caso de que la emergencia sanitaria por este rebrote de influenza se prolongara demasiado tiempo?

Sí, en su momento se daría a conocer.

37. Si un universitario cae enfermo, ¿podrá recuperar sus clases y presentar exámenes atrasados cuando se restablezca?

Sí, se actuará con gran flexibilidad tanto con estudiantes, como con trabajadores.

38. ¿Alguna dependencia universitaria llevará un control de los casos de influenza A H1N1 que pudieran darse entre los alumnos, académicos y trabajadores de la UNAM, para que éstos no se vean afectados y recuperen clases, trámites y exámenes una vez que se restablezcan?

Sí, cada escuela o facultad se hará cargo de esta tarea y la Secretaría de Servicios a la Comunidad llevará un registro actualizado de los casos.

39. ¿Si tengo algunos síntomas ligeros como tos y catarro, y debo presentar algún trámite o examen, ¿asisto a la UNAM o tomo alguna precaución?

Debes quedarte en casa y avisar a tu escuela.

40. ¿Los universitarios seremos vacunados en la UNAM contra la influenza A H1N1?

Sólo los trabajadores de la salud. La seguridad social deberá hacer lo conducente.

41. ¿Los universitarios seremos vacunados contra la influenza estacional?

Sólo los grupos de riesgo y las personas de más de 65 años.

42. ¿Nuestros familiares también podrán ser vacunados en la UNAM?

No.

43. ¿Las autoridades universitarias mantienen un contacto permanente con las del gobierno federal y del Distrito Federal?

Sí.

44. Como estudiante de la UNAM, ¿qué hago si me siento mal?

Quédate en casa y asiste a la seguridad social.

45. ¿A dónde voy si tengo calentura y tos? ¿Me van a atender en los servicios médicos de la UNAM?

Si crees tener la enfermedad, no asistas a la UNAM. Permanece en tu domicilio hasta que se cumplan 24 horas sin sintomatología y sin tomar medicamentos.

46. ¿El servicio médico de cada dependencia de la UNAM cuenta con la infraestructura necesaria y el personal capacitado para atender casos de influenza A H1N1?

En lo que se refiere al primer contacto, sí.

47. Como estudiante, si un familiar mío enferma, ¿qué debo hacer yo?

Aislarlo en casa y recomendarle asistir a la seguridad social.

48. Como profesor de la UNAM, ¿qué debo hacer si adquiero el virus de la influenza A H1N1?

Aíslate en casa y hazlo saber a las autoridades de tu escuela o facultad.

49. Como académico o trabajador, si un familiar mío enferma, ¿qué debo hacer yo?

Aislarlo en casa y recomendarle asistir a la seguridad social.

50. Como trabajador de la UNAM, ¿qué debo hacer si empiezo a sentirme mal y me contagio?

Aíslate en casa y acude a los servicios médicos del ISSSTE.

51. Si un universitario se entera de que un compañero de escuela o facultad cae enfermo, ¿qué debe hacer?

Reportarlo con las autoridades de la respectiva dependencia.

52. Han dicho que la influenza A H1N1 se puede detener si cooperamos todos. ¿Cuál es la tarea de los estudiantes, de los profesores y de los trabajadores de la UNAM?

Tomar las medidas higiénicas ya mencionadas y aislarse si presenta síntomas.

53. ¿Se volverán a desinfectar todas las instalaciones de la UNAM?

Sí.

54. En abril pasado se dijo que una vacuna estaría lista en un lapso de 4 a 6 meses ¿Puede la UNAM desarrollarla y contar con ella para esta temporada invernal?

No, la UNAM no cuenta con las instalaciones necesarias para fabricar la vacuna. La vacuna estará disponible a final del año.

55. ¿La UNAM seguirá informándonos de la influenza A H1N1 una vez que entremos en el periodo de vacaciones de invierno?

Si, se mantendrá una comunicación constante con todos los miembros de la comunidad universitaria, a través de comunicados y muy especialmente en la página Web de la UNAM.

Higiene

56. ¿Tengo que traer mi alcohol en gel y mi jabón, o estos productos se hallarán en todas las instalaciones universitarias?

Habrán esta clase de productos en la UNAM, aunque no está de más que cuentes con tu dotación.

57. ¿Es suficiente el lavado de manos o hay que hacer otra cosa para enfrentar la nueva oleada de influenza A H1N1?

Hay que tomar, además, las otras medidas higiénicas ya mencionadas

58. ¿Es cierto que lo mejor es lavarse las manos con agua y jabón y no tanto con alcohol en gel, pues éste puede ocasionar la aparición de hongos en las uñas?

La posibilidad de que esto suceda es muy remota.

Medicamentos

59. ¿El Tamiflu es el único medicamento efectivo contra el virus de la influenza A H1N1?

No, hay otros medicamentos, aunque el oseltamivir (Tamiflu) ha demostrado su eficacia. El virus sigue siendo sensible.

60. ¿Hay suficientes dosis de él para encarar una nueva epidemia de influenza A H1N1 en México?

Sí.

61. ¿Cuándo debe empezar a medicarse una persona con síntomas para no correr riesgos de que la enfermedad se vuelva grave, incluso mortal?

Cuando tenga síntomas de la enfermedad, fiebre muy alta (de más de 39 grados centígrados), dolor en el pecho y dificultad para respirar, o cuando sea un paciente de alto riesgo, deben acudir de inmediato al médico.

62. ¿Ya se desarrolló el genérico del fármaco Tamiflu?

No.

63. ¿Tomar vitamina C ayuda al organismo a impedir que el virus de la influenza A H1N1 entre en él?

No.

64. ¿Sirve de algo tomar algún antiviral aunque no se esté enfermo?

No sirve de nada y podría generar resistencia en el virus.

Incredulidad

65. Muchos sólo hemos sabido de los enfermos por las noticias; nunca vimos a un enfermo. ¿Es necesario que nos vacunemos?

Una persona debe vacunarse solamente si es de alto riesgo.

66. En mi salón no hubo contagios en abril-mayo ni nadie se enfermó ¿No exageraron las autoridades al cerrar los cines, antros y restaurantes, y pedirnos que nos quedáramos en casa todo el día?

En su inicio, la epidemia era desconocida y no se sabía que no era especialmente grave. Por eso se tomaron esas medidas.

67. Un porcentaje considerable de universitarios no cree que haya habido una epidemia de influenza A H1N1, sino que ésta fue inventada por el gobierno para desviar la atención de la gente frente a las elecciones intermedias. ¿Qué opinan al respecto los científicos universitarios?

Que la influenza A H1N1 sí existe, es real, no es cuento.

68. ¿La comunidad científica de la UNAM está convencida de que este rebrote de influenza A H1N1 es real?

Sí.

69. ¿No es sólo una “pantalla” para distraer la atención en torno a los nuevos impuestos que pretende sacar el gobierno federal?

No.

Preguntas frecuentes

PREGUNTAS Y RESPUESTAS DE CARÁCTER CIENTÍFICO-TECNOLÓGICO

Actualizado el 6 de octubre de 2009.

Virus y vacuna

1. ¿El virus de la influenza A H1N1 sólo entra en el cuerpo por la boca y la nariz? ¿Qué pasa con los ojos?

Entra en el cuerpo a través de todas las mucosas, incluyendo los ojos.

2. ¿Cuánto tiempo permanece viable el virus en el cuerpo?

Entre 7 y 10 días a partir del contagio pero, dependiendo del sistema inmunológico de cada persona, puede alargarse este lapso.

3. ¿Este virus es el mismo que causó la pandemia de influenza española de 1918-1919?

Aunque pertenece al mismo grupo H1N1, no se trata del mismo virus; es uno completamente nuevo.

4. ¿Puede contagiarse por vía aérea?

La transmisión es de persona a persona, por gotitas de saliva que pueden diseminarse por el aire a no más de 2 metros de quien las genera.

5. ¿Se puede propagar a través de los sistemas de aire acondicionado de los edificios y casas?

No hay evidencia suficiente de esto y no sería el mecanismo principal de transmisión.

6. ¿Es verdad que, además de provenir de los cerdos, el virus de la influenza porcina tiene componentes de la influenza humana y la gripe aviar?

Sí, se sabe que este virus contiene componentes de los virus de la influenza porcina, aviar y humana.

7. ¿Cuándo estarán listos los resultados del genoma (secuencia genética) de este virus?

La secuencia del genoma del virus de la influenza porcina ya se encuentra en la página electrónica de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (www.cdc.gov/spanish)

8. ¿Con esa información se elaboró una vacuna específica para esta enfermedad?

Sí, ya se cuenta con una vacuna contra la influenza A H1N1.

Medidas

9. ¿Es útil o no el tapabocas?

Aunque el tapabocas resulta limitado para prevenir la transmisión de la influenza, se recomienda su uso principalmente para evitar que la persona se toque la boca y la nariz, y para disminuir en forma relativa la salida de gotas grandes de saliva al estornudar o toser.

10. ¿Es necesario utilizar guantes de látex para evitar el contagio en los sistemas de transporte público?

No. Es más recomendable lavarse las manos con agua y jabón, o limpiárselas con gel alcohol.

11. ¿Un pañuelo desechable que contenga el virus A H1N1 puede ser fuente de contagio, durante cuánto tiempo?

Sí, durante 24 horas.

12. ¿Pueden utilizarse, sin riesgo, ventiladores en lugares cerrados?

Sí, siempre y cuando no sea en áreas hospitalarias que reciban enfermos de los cuales se sospecha que son portadores del virus.

Epidemia

13. ¿Cuánto tiempo tardan en manifestarse los primeros síntomas de la influenza A H1N1?

De 24 a 72 horas.

14. ¿Cómo puede protegerse la gente de este virus si tiene que salir a la calle o viajar en transporte público?

Debe limpiarse las manos con alcohol gel o alcohol normal, o lavárselas cuantas veces sea posible con agua y jabón, y no tocarse la cara con ellas.

15. ¿Qué medidas de sanidad se deben tomar cotidianamente para evitar el contagio con este virus?

Las recomendadas por las autoridades sanitarias:

- Cubrirse la nariz y la boca con la parte interna del codo –o con un pañuelo desechable– al estornudar o toser.
- Tirar el pañuelo desechable a la basura, en una bolsa de plástico, después de utilizarlo.
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, en especial después de estornudar o toser (el alcohol en gel también es efectivo).
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, pues así es como se disemina el virus.

16. ¿Sirve de algo tomar diariamente vitamina C en estos momentos? No hay evidencia de que la vitamina C detenga el contagio del virus.

17. ¿Cómo deben protegerse las mujeres embarazadas?

Deben extremar las medidas de protección recomendadas por las autoridades sanitarias.

18. ¿Cómo se puede diferenciar una gripe de la influenza A H1N1 o de la influenza estacionaria?

La única manera de confirmar de qué virus se trata es mediante análisis de laboratorio.

19. ¿Cuándo se debe acudir al médico, con qué síntomas?

Cuando se presente fiebre muy alta asociada a dos o más de los siguientes síntomas: dolor de cabeza, dolor muscular, flujo nasal, irritación de ojos, constipación nasal o dolor de garganta.

20. ¿Qué medidas debe tomar la familia de un enfermo?

- Verificar con su médico las recomendaciones específicas de cuidado en caso de tener alguna condición especial como embarazo, diabetes, hipertensión, enfisema, etcétera.

- Verificar con su médico el uso de los medicamentos apropiados y tomarlos como lo indique.
- No automedicarse.
- Mantener a la persona enferma alejada del resto de los integrantes de la familia (si es posible, en un cuarto separado, idealmente con un baño para su uso exclusivo, el cual debe ser desinfectado con cloro por la persona enferma después de usarlo).
- Si la persona enferma está en un área común, debe usar tapabocas.
- Recordarle al enfermo que se lave las manos frecuentemente, en especial después de estornudar, toser o sonarse, y que se seque con toallas de papel que serán desechadas adecuadamente, en una bolsa de plástico separada.
- Recordarles a todos los integrantes de la familia que se laven las manos frecuentemente, sobre todo inmediatamente después de haber tenido contacto con la persona enferma.
- Estar alerta ante cualquier signo de agravamiento de los síntomas que pueda indicar necesidad de atención médica.
- Salvo para asistir al médico, la persona enferma no debe salir de casa mientras tenga fiebre o dure el tiempo de contagio a otras personas (7 días después del inicio de los síntomas en adultos y 10 días después en menores).
- Si la persona debe salir de casa para ir al médico, debe cubrirse la nariz y la boca con un tapabocas.
- No se recomienda que la persona enferma reciba visitas.
- Evitar en lo posible que mujeres embarazadas se encarguen de la atención de la persona enferma.

21. ¿Cuánto tiempo tarda en sanar una persona?

De 7 a 10 días en condiciones normales.

22. ¿Las personas con cáncer, diabéticas o hipertensas requieren un cuidado especial si llegan a contagiarse?

Sí, ya que son personas vulnerables.

23. ¿Qué precauciones deben tener quienes crían o tienen cerdos en sus traspatios o granjas?

Si bien este virus tiene su origen en los cerdos, su transmisión actual es de humano a humano. Sin embargo, siempre habrá posibilidades

de transmisión de patógenos (es decir, organismos como virus o bacterias, capaces de causar una enfermedad) de las poblaciones de porcinos a las personas, por lo que el manejo de los animales de traspatio debe realizarse bajo las reglas sanitarias establecidas.

24. ¿Puedo hacer ejercicio al aire libre?

Sí.

25. ¿Puedo besar, abrazar o tomar de la mano a mis seres queridos?

Si, si no están enfermos, en cuyo caso habrá que seguir las recomendaciones.

26. ¿Puedo tener relaciones sexuales?

Si, si no se está enfermo.

27. Algunos médicos están recomendando un medicamento llamado

Gabirol (rimantadina) para prevenir el contagio, ¿es verdad que sirve?

No, no previene la enfermedad y hay que evitar la automedicación.

UNAM

28. ¿Qué ha hecho la UNAM para afrontar esta epidemia?

Se están atendiendo las indicaciones de la autoridad sanitaria, se ha conformado el Comité Universitario de Atención a la Emergencia Sanitaria, presidido por el rector, con cuatro subcomités (de Organización, Técnico-Científico, de Comunicación y de Operación), y se han integrado diversos grupos de trabajo con especialistas.

29. ¿La comunidad científica de la UNAM cuenta con la capacidad técnica y los laboratorios especializados para el análisis del virus AH1N1?

Sí, la UNAM cuenta con personal, equipo y laboratorios de vanguardia para el análisis de ese virus.

Mitos y realidades

30. ¿Se les debe dar seguimiento médico a los familiares de las personas que murieron infectadas?

Sí, porque pueden haberse contagiado.

31. ¿Se pueden realizar análisis privados y cuáles son los laboratorios más recomendables para ello?

Por el momento, los laboratorios privados no realizan este tipo de análisis.

32. ¿Cuál es el grado de vulnerabilidad de la población por sexo y nivel socioeconómico?

No se cuenta con información suficiente para responder esta pregunta.

33. ¿Qué se recomienda hacer con objetos o áreas de contacto múltiple?

Se recomienda lavar con alcohol o toallas con cloro todos aquellos objetos o áreas de contacto múltiple, como teléfonos, manijas de puerta, barandales.

34. ¿Es recomendable tomar ácido acetilsalicílico?

No se recomienda tomar ácido acetilsalicílico si se tienen sospechas de estar infectado. Resulta muy importante recordar lo anterior, ya que es bastante común tomar ácido acetilsalicílico para quitarse el dolor de cabeza o para bajar la fiebre, es decir, los primeros síntomas de la influenza. Se ha observado que algunas personas, particularmente niños que han tomado ácido acetilsalicílico cuando están infectados con el virus de la influenza estacional, pueden desarrollar una complicación grave que se llama síndrome de Reye, que afecta varios órganos, principalmente el cerebro y el hígado.

35. ¿Qué se puede tomar en lugar de ácido acetilsalicílico?

Acetaminofén o paracetamol.