Influenza

**¿Qué es la influenza?**

La influenza se conoce comúnmente como "la influenza". Es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por virus de influenza que afectan la nariz, la garganta y los pulmones. Existen dos tipos principales de virus de influenza: A y B. Cada tipo incluye muchas cepas diferentes que tienden a cambiar de un año a otro.

**¿Cuándo ocurre la influenza?**

En los Estados Unidos, la influenza ocurre con mayor frecuencia en los últimos meses de otoño e invierno.

**¿Quién tiene influenza?**

Cualquiera puede contraer la influenza, pero es más probable que cause una enfermedad grave en niños pequeños, mujeres embarazadas, personas mayores, personas con enfermedades crónicas (por ejemplo, enfermedad pulmonar, enfermedad cardíaca, cáncer o diabetes) o aquellos con sistemas inmunes debilitados.

**¿Cómo se propaga la influenza?**

La influenza se disemina principalmente por gotitas de la nariz o la garganta que se liberan cuando una persona infectada tose o estornuda. La influenza puede transmitirse de una persona a otra comenzando aproximadamente un día antes de que los síntomas comiencen aproximadamente una semana después del inicio.

**¿Cuáles son los síntomas de la influenza?**

Los síntomas de la influenza pueden incluir fiebre repentina, dolor de cabeza, escalofríos, tos, dolor de garganta y dolores en el cuerpo. En los niños, pueden presentarse vómitos y diarrea. Aunque la mayoría de las personas están enfermas por menos de una semana, algunas personas tienen complicaciones y pueden necesitar ser hospitalizadas.

**¿Qué tan pronto después de la exposición aparecen los síntomas?**

Los síntomas generalmente aparecen uno a tres días después de la exposición.

**¿Cómo se diagnostica la influenza?**

Los médicos generalmente diagnostican la influenza según los síntomas y pueden usar pruebas de laboratorio para la influenza.

**¿Cuál es el tratamiento para la influenza?**

El descanso, los líquidos y los medicamentos sin receta para la fiebre y la incomodidad son los tratamientos habituales. Los medicamentos antivirales recetados están disponibles y pueden reducir la gravedad de la influenza. La aspirina no debe administrarse a niños con enfermedades que causan fiebre debido a la posibilidad de una complicación llamada síndrome de Reye.

**¿Cómo se puede prevenir la influenza?**

Puede tomar tres pasos importantes para combatir la influenza:

1. Ser vacunado
2. Detenga la propagación de la influenza y otros gérmenes cubriéndose la boca y la nariz con un pañuelo al toser o estornudar; lavarse las manos con frecuencia para ayudar a protegerse de los gérmenes; evitando tocarse los ojos, la nariz o la boca; Quedarse en casa del trabajo, la escuela y otras actividades cuando esté enfermo; y evitando el contacto cercano con personas que están enfermas.
3. Use medicamentos antivirales si su médico los recomienda.

**¿Quién debería ser vacunado contra la influenza?**

Todas las personas de seis meses o más deben vacunarse contra la influenza cada año. Se debe hacer un esfuerzo especial para inmunizar a las personas con mayor riesgo de infección por influenza o complicaciones, que incluyen:

* Mujeres embarazadas y en posparto, o aquellas que estarán embarazadas durante la temporada de influenza
* Personas mayores de 65 años, incluyendo los residentes de hogares de ancianos y centros de cuidado a largo plazo
* Las personas que tienen problemas pulmonares o cardíacos crónicos, incluido el asma
* Las personas que tienen otras afecciones médicas graves, como diabetes, enfermedad renal, fibrosis quística, anemia, cáncer, sistemas inmunológicos débiles (incluidas las personas con VIH) o un trastorno convulsivo.

Para ayudar a prevenir la propagación de la influenza a las personas en grupos de alto riesgo, quienes viven con personas en un grupo de alto riesgo, y los trabajadores de la salud que brindan atención a pacientes de alto riesgo también deben recibir una vacuna anual contra la influenza. Los viajeros a países fuera de EE. UU. También pueden necesitar considerar la vacunación contra la influenza.

**Si me vacunaron el año pasado, ¿necesito una nueva vacuna contra la influenza este año?**

Sí. Es importante recibir una nueva vacuna contra la influenza todos los años. La fórmula de la vacuna puede cambiar de un año a otro, en función de las cepas del virus de la influenza que estén circulando. Además, la protección ofrecida por la vacuna contra la influenza normalmente solo dura varios meses. Es importante que reciba una nueva vacuna cada año.

**¿Debería estar preocupado por el contacto con animales?**

Los virus de la influenza generalmente no se transmiten de los animales a los humanos.

Las aves, incluidas las aves silvestres y los patos domésticos, los pollos y los pavos pueden infectarse con los virus de la influenza A. La mayoría de los virus A de la influenza aviar (aves) no infectan a los seres humanos. Sin embargo, algunos virus de la influenza aviar pueden transmitirse a los humanos y pueden causar enfermedades graves. Información adicional sobre la influenza aviar está disponible en <https://espanol.cdc.gov/enes/flu/avianflu/index.htm> .

Algunos virus de la influenza A pueden causar enfermedades en los cerdos; estos virus se llaman "virus de la influenza porcina". Mientras que los virus de la influenza porcina normalmente no infectan a los humanos, cada año se producen pequeñas infecciones por el virus de la influenza porcina en humanos. La mayoría de los casos humanos de infecciones por influenza porcina se han producido en personas que han tenido contacto con cerdos en granjas o en ferias u otras exhibiciones de ganado. Se puede encontrar información adicional sobre la influenza porcina en: [https://www.cdc.gov/flu/swineflu/](https://www.cdc.gov/flu/swineflu/%20%C2%A0)(*solo disponible en inglés*)

Los perros pueden infectarse con un virus de influenza A (H3N8). Este virus de influenza puede transmitirse de perro a perro, pero no causa enfermedad en humanos. Se puede encontrar más información sobre la influenza canina en: <https://espanol.cdc.gov/enes/flu/canineflu/keyfacts.htm>

**¿Cómo puedo obtener más información sobre la influenza?**

* Si tiene inquietudes sobre la influenza, comuníquese con su proveedor de atención médica.Call your local health department.
* Un directorio de los departamentos de salud locales se encuentra en <http://www.vdh.virginia.gov/local-health-districts/>(*solo disponible en inglés*)
* Visite el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades ([https://espanol.cdc.gov/enes/flu/index.htm](https://www.cdc.gov/flu/) )
o el sitio web del Departamento de Salud de Virginia en <http://www.vdh.virginia.gov/epidemiology/influenza-flu-in-virginia/>(*solo disponible en inglés*)