



Jueves, 17 de enero de 2019

## La gripe comienza a circular entre los menores de cinco años y supera el umbral epidémico

- **Se prevé que la incidencia continúe aumentando en las próximas 4-6 semanas y se alcance el máximo de actividad gripal a mediados de febrero**
- **Buenos hábitos como lavarse a menudo las manos con agua o jabón, usar pañuelos de papel, o estornudar sobre el codo en lugar de hacerlo sobre las manos ayudan a disminuir la transmisión del virus**

La incidencia de la gripe en Asturias aumentó durante las dos primeras semanas de 2019, sobre todo entre los menores de 5 años y ya supera el umbral epidémico previsto para esta temporada lo que apunta el comienzo de la onda epidémica estacional de esta enfermedad. La tasa se sitúa por el momento en 147 casos por cada 100.000 habitantes. La situación se considera de intensidad baja y difusión epidémica.

El aumento de la incidencia en niños pequeños y, en menor medida, en el grupo de adolescentes menores de 15 años, se acompaña de un aumento significativo de los aislamientos de virus gripales A lo que apunta al inicio de la onda epidémica gripal de la temporada.

Aunque la evolución de la situación debe ir confirmándose en las próximas semanas, en base a los datos históricos se prevé que la incidencia continúe aumentando significativamente en las próximas 4-6 semanas y se alcance el máximo de actividad gripal a mediados de febrero, para ir descendiendo a partir de entonces.

Los datos nacionales indican también el inicio de la onda epidémica estacional de gripe en el conjunto de España, con la mayor parte del norte del país en situación epidémica, incluyendo Madrid, Castilla-La Mancha, Murcia y Baleares.

En Asturias, continúan aumentando lentamente los casos ingresados con gripe confirmada, que comenzaron a detectarse de manera continuada a partir de la última semana de 2018, pero que aún se mantienen en niveles bajos, con una tasa de 6,4 ingresos por 100.000 habitantes, lo que supone una estimación de 65 ingresos por gripe en el Principado.

De los casos ingresados, el 52% cumplen criterios de caso grave y se han confirmado 2 fallecidos lo que supone un 18,2% de los casos graves. Estos ingresos y casos graves se concentran a partir de los 50 años de edad. En su mayoría presenta algún factor de riesgo y en torno al 60% de estos casos no estaban vacunados.

La gripe es generalmente una enfermedad benigna de alta incidencia. Aunque su duración es variable, habitualmente suele prolongarse unas ocho semanas.

El tratamiento más adecuado consiste en aliviar los síntomas (fiebre, dolores musculares, malestar general, tos, dolor de cabeza, congestión nasal, estornudos o dolor de garganta) mediante analgésicos y antitérmicos. En la mayor parte de los casos, la gripe se cura sola con las medidas habituales: beber abundantes líquidos (agua, zumos...) y utilizar los fármacos habituales, como el paracetamol, según las recomendaciones de los profesionales sanitarios, hasta recuperarse.

Los buenos hábitos ayudan a disminuir la transmisión del virus. Por este motivo, los expertos recomiendan lo siguiente:

- Utilizar pañuelos de papel para taparse la boca y la nariz cuando se tosa y se estornude. Si no se dispone de pañuelo de papel, se debe toser y estornudar sobre la manga de la ropa (en el hueco del codo) para evitar contaminar las manos
- Tirar los pañuelos de papel después de utilizarlos.
- Lavarse a menudo las manos con agua y jabón.
- Mantener una buena ventilación de los espacios cerrados.
- Limpiar con frecuencia las superficies que se tocan con las manos como los pomos de las puertas o los interruptores.

La Consejería de Sanidad permanece atenta a la infección a través de la Red de Médicos Centinela informando semanalmente sobre la incidencia de la gripe y vigilando la tipología de virus circulante, en contacto con el Centro Nacional de Epidemiología y la Red de Alertas en Salud Pública. Los datos son contrastados semanalmente con el conjunto de las comunidades autónomas.