

La Gripe A: ¡Qué viene el lobo...!, sí pero...

Estoy escuchando tanto disparate por causa de la pandemia de la gripe A, que me he decidido a escribir esta reflexión.

La neogripe A (H1N1) derivada de la especie porcina y que por variación de sus antígenos ha mutado, siendo capaz de contagiar las células humanas, no es en nada diferente al virus de la gripe estacional, salvo porqué su transmisión y expansión es tan rápida que se le determina como pandemia y porqué hasta este momento no es tan agresiva, aun cuando parece ser que ha mutado a una cepa y de la que se ha de estudiar sus efectos. De este tipo de virus es muy difícil el intentar huir con guantes y mascarillas, pues estos son imposibles de erradicar en su totalidad a nivel mundial; son capaces de sobrevivir a bajas temperaturas en objetos “fómites” (pomos de puertas, etc.) que han sido contaminados por donantes humanos durante días, sobreviven a la temperatura corporal más de seis días, y un mes a cero grados, y si la temperatura baja es intensa puede quedar durante meses latentes. La posibilidad de evitar transmitentes con vacunas ha sido efectiva y sigue siendo efectiva, pero al no poder hacerlo de forma universal, se podría decir que es un virus de vida infinita al tener siempre elementos contaminados y por ende contaminantes.

La realidad de la Gripe A es que o se consigue una vacuna eficaz y al igual que ocurre con la estacional habrá que controlar sus mutaciones y conseguir nuevas vacunas, o todo aquél que no sea vacunado y no logre su organismo las defensas necesarias, será contaminado y le afectará la gripe. **Pero, ¿es tan peligrosa?** Actualmente es un virus poco agresivo, con una incidencia de defunciones mucho menor que la que ocasiona una gripe estacional, podríamos decir que en equivalencia a la estacional este virus es casi benigno. Casi todas las personas que la han padecido hasta el día de hoy han sido dados de alta a los pocos días, y aquellos que les ha ocasionado la muerte ha sido por algún problema de enfermedad que padecía añadida, por tener bajas las defensas, o por complicaciones con una neumonía vírica. Es bueno indicar que la sicosis que producen los medios de comunicación, el alarmismo que producen en la sociedad sobre esta pandemia es excesivo y sobrepasa lo que racionalmente es prudente. Si por la fiebre estacional se diera un parte diario sobre las defunciones que ésta ocasiona (de 2.000 a 3.500 en España), no habría páginas en los periódicos ni tiempo en las cadenas de radio o televisión. La gripe estacional ocasiona al año miles, cientos de miles muertes en el mundo, y eso si no se produce la pandemia, ya que en este caso las muertes que produce, que ha producido en esa situación en el pasado, fueron millones.

Por lo general todas las personas, mejor digamos, casi todas las personas que habitan en un país afectado por este tipo de virus que se le determina como pandémico y que es trasmisible entre personas, o por aves infectadas: es contagiado y pasa la enfermedad, enfermedad si así llamamos a padecer los síntomas que estos virus producen: similares a un resfriado, síntomas generales como dolor de garganta, fiebre, dolor muscular; también puede producir debilidad, mialgias (dolor estomacal) y dolores de cabeza, más los que las defensas de nuestro cuerpo denotan en nuestro estado de

salud, pero en la mayoría de los casos con síntomas muy leves, pues su organismo destruye rápidamente a estos “huéspedes” y desaparecen en unos días, lo normal una semana y la recuperación total en unos días más.

Lo peligroso de estos virus es que sean capaces de mutar dentro de unas fechas estacionales a una o varias cepas hiperactivas, en la que las vacunas que se han desarrollado no sean capaces de conseguir las defensas necesarias; tal y como ocurrió con la mal llamada “gripe española” (1.918-1919, llamada así dado que España era la única que daba información de los casos y muertes ante la guerra que se padecía a nivel mundial), en la que en la actualidad las cifras de muertes en aquella época se cifran entre 50 y 100 millones de personas. Este tipo de alteraciones, si bien han ocurrido, hoy día la sociedad médica y farmacéutica internacional cuida adelantarse en cuanto se produce una mutación. Estas cifras no han de alarmar a la población pues actualmente la medicina cuenta con medicamentos eficaces para las complicaciones, que en definitiva son las que provocan en los pacientes los episodios graves.

Dicho lo cual en breve, mejor que sea antes que entre el frío de invierno ya que con el cual la transmisión tomará la característica de epidemia, estará efectiva una vacuna para la población de alto riesgo, como lo son los ancianos, aquellos que padecen enfermedades crónicas que puedan derivar en complicaciones respiratorias, embarazadas y niños propensos a otras complicaciones graves. Pues el resto de las personas sus defensas serán suficientes para conseguir eliminarlos de su organismo.

Es importante indicar que auto medicarse con los antibióticos, antiinflamatorios o antivíricos no consiguen otra cosa, si el sujeto no se ha contaminado o no hay complicaciones infectivas, que tener malas consecuencias para la salud. Los antibióticos no hacen mella en los virus, los virus no se caracterizan como seres vivos como lo son las bacterias, Utilizan las células, éstas lo importan mediante endocitosis y se replican en ciclos de 4 a 5 horas, (si quieren ver una animación de cómo se reproducen en las células pueden verlo en la siguiente dirección: <http://www.red-osa.org> . Estos virus H1N1, ARN, de la familia de los Orthomysovindae, son totalmente inmunes a los antibióticos, es más, también poco hacen los antivirales, y sin embargo las contraindicaciones que estos pueden producir en nuestro organismo es de largo historial. Lo importante es cuidarse bien, alimentarse mejor y sano, hacer ejercicio moderado; y tal como recomiendan los responsables de la salud pública, lo primero es, si los síntomas lo requieren, quedarse en casa para evitar infectar a otros, llamar al 112 y dar detalles de los síntomas que padece. Ellos son los que le indicarán los pasos a seguir. Si la afección se complica y la determinan grave, le aconsejarán asistir a urgencias en el hospital más cercano, o una ambulancia le recogerá para acercarse al hospital. No sirve de nada asistir sin más a Urgencias con los síntomas de un resfriado o lo que usted cree que es la gripe, si no es para colapsar los centros y originar que aquellos que de veras padecen una enfermedad grave no puedan ser atendidos.

La gripe A, al igual que cualquier gripe, no es el lobo, pero tampoco es algo que hemos de dejar de lado. Cuidemos nuestra salud con la limpieza a menudo de nuestras manos (y después la cara, no antes lo segundo) y elementos que sean susceptibles de propagar el virus con jabones y detergentes apropiados. De poco o nada le vale ir con máscara y guantes si no sabe manipularlos: dar la mano a otras personas y luego

llevarse la mano a la boca o frotarse la nariz, hablar delante de una persona que ha sido infectada y quizás aún no lo sabe, tocar objetos que han sido manipulados por infectados es suficiente para padecer luego la enfermedad. La misma manipulación de la máscara o guantes que ha evitado la entrada de virus puede luego infectarnos.

Para terminar hagamos una vida normal, cuidemos nuestro aseo y no nos auto mediquemos, consultemos con el médico de cabecera nuestras dudas. La gripe A pasará como pasan todas, esperemos con pocas incidencias mortales. El miedo a enfermar nos puede llevar a padecer otras patologías graves que nada tengan que ver con el virus del que tanto alarman los medios de comunicación.

Jonás Villarrubia Ruiz