



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

La gripe en los niños

Autor/es: Pedro Gorrotxategi Gorrotxategi. Pediatra. Centro De Salud Pasaia San Pedro.

[Volumen 6. N.º4. Diciembre 2013](#) [1]

Palabras clave: [niños](#) [2], [gripe](#) [3], [vacunación antigripal](#) [4]

Cuando hablamos de gripe, siempre pensamos que es una enfermedad que afecta fundamentalmente a adultos y personas mayores, porque a ellos se dirigen las campañas de vacunación que anualmente organizan los servicios de salud, pero esa suposición está totalmente alejada de la realidad.

La gripe afecta mucho a los niños

Los niños son los que antes se contagian, los que más contagian a la familia y a otros niños y los que más enferman por la epidemia gripal. El año pasado, por ejemplo, en enero, la gripe todavía no había afectado a los adultos pero, en los niños menores de 4 años, ya estábamos en epidemia desde varias semanas. Este año pasará lo mismo. La epidemia empezará en los niños, luego llegará a los adultos.

Es por eso que en Estados Unidos se recomienda la vacunación antigripal a todos los niños mayores de 6 meses y realizan una recomendación especial a los niños que tienen entre 6 meses y cinco años. Aquí, no se recomienda una vacunación universal en los niños. Solo se recomienda la vacunación en los que tienen enfermedades crónicas (cardíacas, pulmonares, renales, de la sangre, diabetes), en los que tienen tratamiento continuado con aspirina y en los niños con síndrome de Down.

Contagio

El contagio es de persona a persona, principalmente por el aire, a través de las gotitas que se expulsan al toser, al hablar o al estornudar. Estas gotitas pueden llegar hasta la boca o la nariz de las personas que están cerca. También puede contagiarse al tocar un objeto donde se hayan depositado esas gotas con el virus y luego tocar los ojos, nariz o la boca con las manos. El contagio se produce desde un día antes de notar los síntomas hasta siete días después.

Síntomas

Los síntomas aparecen entre uno y cuatro días después del contagio. El comienzo suele ser brusco. Los niños

suelen tener fiebre alta, escalofríos, malestar general, dolor de cabeza y garganta, dolores musculares, cansancio, tos, secreción nasal y, a veces, vómitos y diarrea. Estos síntomas suelen durar aproximadamente una semana. La tos y el cansancio pueden durar más. En los niños pequeños, el único síntoma puede ser la fiebre alta y el malestar. Los padres encuentran al pequeño quejoso, sin otros síntomas, ya que estos niños no nos pueden explicar los síntomas que completan el cuadro (malestar y dolores musculares) típicos de los niños mayores o de los adultos.

Normalmente, la enfermedad es leve, se pasa sola, y muchas veces no es necesario ni ir al médico. Sin embargo, existen datos que nos pueden hacer sospechar que la visita al pediatra es recomendable. Si el niño tiene la respiración acelerada o es dificultosa, si el niño tiene un color azulado alrededor de la boca o en las manos o pies, si está muy irritable y no se le puede consolar de ninguna manera, se debe consultar al pediatra. También, si tienen manchas rojas en la piel que no desaparecen al presionar sobre ellas. Igualmente, es conveniente la consulta en los niños pertenecientes a los grupos de riesgo antes citados, es decir, menores de dos años que padezcan diabetes, asma, cardiopatías, etc.

Tratamiento

Para la gripe no hay ningún tratamiento curativo. Los antibióticos no hacen nada contra el virus de la gripe. Solo se usan en ciertas complicaciones. Se pueden usar el paracetamol y el ibuprofeno para aliviar las molestias. En la mayor parte de los casos, la gripe sólo necesita reposo, beber abundantes líquidos, alimentación sana, higiene adecuada y lavado frecuente de las manos para prevenir el contagio

Prevención

Como ya se he expresado, la vacunación está indicada, fundamentalmente, para las personas que forman parte de los grupos de riesgo. Una precaución que se debe tener con respecto a la vacunación de la gripe es que no se debe administrar a personas alérgicas al huevo, ya que las vacunas se cultivan en huevos de gallina y pueden contener restos de esta proteína.

Una particularidad de la vacuna de la gripe en niños pequeños es que, en los menores de nueve años, la primera vez que se vacunan deben recibir dos inyecciones con un mes de diferencia. En las posteriores ocasiones, con una dosis es suficiente.

Otra forma muy importante de prevenir la gripe es extremar las medidas higiénicas. Es decir, taparse la boca y nariz con un pañuelo al toser o estornudar y lavarse las manos con frecuencia.

Conclusiones

La gripe, más fuerte o más suave, nos visita todos los inviernos.

Los niños son los que más la padecen y los que más contagian.

La gripe en los niños suele ser una enfermedad leve, salvo en los pequeñitos o en los que tienen enfermedades crónicas.

Hay que vacunar a todos los niños de riesgo para evitar que tengan complicaciones graves.

Es muy importante no llevar al niño al colegio o guardería cuando enferme y extremar las medidas higiénicas para evitar los contagios.

Bibliografía:

- 1- Ascorbe Salcedo R. *Gripe*. En: <http://www.familiaysalud.es/enfermedades/infecciones/gripe> [5]
- 2- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). *Prevention and Control of Influenza with Vaccines: Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP), 2012. MMWR*. 2012 Aug 17;61(32):613-618.
- 3- Aizpurua P. *La gripe en los niños pequeños sobrecarga de forma importante las consultas y puede ser causa de*

hospitalización. Evi Pediatr. 2006;2: 79

4- *Recomendaciones de vacunación frente a la gripe 2013-2014*- Comité Asesor de Vacunas de la Asociación Española de Pediatría. <http://vacunasaep.org/profesionales/noticias/vacunacion-frente-la-gripe-recomendaciones-aep-2013-14> [6]

5- *Vacuna Intranasal*. Centro de prevención de enfermedades. <http://espanol.cdc.gov/enes/flu/about/qa/nasalspray.htm> [7]