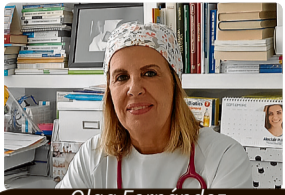


# escuela de familias



Olga Fernández  
Coordinadora de Urgencias  
Pediátricas de Cosaga



## LA PEDIATRA HABLA

# Respuestas a las dudas más comunes de la gripe

### ¿CÓMO ACTUAR ANTE LA CAMPAÑA DE LA GRIPE?

El otro día hablé de la campaña de vacunación de la gripe, que este año se adelantó dos semanas por el covid-19. Hoy intentaré aclarar dudas que muchos papás nos hacen sobre la vacuna y también de la gripe.

Antes de nada, quiero comentaros que hubo un error por mi parte, al hablar de la edad de comienzo en los niños de la vacuna de la gripe. Los niños se pueden vacunar desde los seis meses, no desde los seis años, como indiqué.

### ¿Desde qué edad se puede vacunar un niño de la gripe?

Desde los seis meses de edad.

### ¿Cuándo es importante vacunar a los niños de la gripe?

El Comité Asesor de Vacunas de la Asociación española de Pediatría considera indicada la vacunación antigripal para los siguientes casos:

Niños a partir de los seis meses con enfermedades de base que supongan un riesgo aumentado de padecer complicaciones si tiene la gripe. Por ejemplo, si tiene problemas cardíacos, respiratorios como asma o fibrosis quística, niños celíacos, con problemas neurológicos o de inmunodeficiencias y prematuros. Es decir, aquellos niños que si tienen gripe se le puede complicar y agravar su enfermedad.

Niños a partir de los seis meses que convivan con pacientes de riesgo, como padres, hermanos o abuelos.

Embarazadas:

- Se pueden vacunar en cualquier trimestre de la gestación.

- Si la mamá está embarazada, ha de vacunarse de la gripe tanto ella como el resto de convivientes.

- En los primeros seis meses tras el parto.

El Comité Asesor de Vacunas recomienda emplear las vacunas

antigripales tetravalentes, tanto inactivadas para uso por vía intramuscular como atenuadas para vía intranasal. Consideran que la vacunación antigripal de los niños mayores de 6 meses, no incluidos en grupos de riesgo es una medida recomendable por cuanto esta práctica preventiva proporciona al niño protección individual y favorece la protección familiar y comunitaria.

### ¿Cuándo está indicada en el niño sano?

Si convive con personas con factores de riesgo. La Organización Mundial de la Salud propone la vacunación antigripal infantil universal, que debería ser un objetivo a corto o medio plazo. Incluso lo recomienda en menores de cinco años, porque son los principales contagiadores (justo lo contrario de lo que ocurre con el coronavirus).

No obstante, en el escenario actual de la pandemia covid-19, aun cuando este comité está a favor de la indicación universal de la vacuna antigripal en la infancia, entiende que dicha medida debería tomarse de acuerdo con las recomendaciones oficiales de los responsables de salud pública, porque es prioritario actualmente garantizar el abastecimiento de vacunas para las personas vulnerables.

### ¿Los niños tienen gripe?

Claro que sí. Los niños tienen gripe y es tan frecuente o incluso más que en los adultos. De hecho, los menores de 15 años son el grupo de edad más afectado, sobre todo de cero a cuatro años.

### ¿Se puede diferenciar el covid-19 de la gripe?

A día de hoy, clínicamente son difíciles de diferenciar. Como dije en otras ocasiones, tienen síntomas similares, pero ambas suelen tener una evolución benigna en la infancia.

### ¿Qué síntomas tiene?

Fiebre, tos, dolores musculares, de cabeza y de garganta, al igual que mocos y estornudos. Los síntomas persisten más tiempo que otros virus, por lo que os pido paciencia y que estéis tranquilos. La gripe suele durar alrededor de una semana. A veces, en los niños pequeños, son síntomas banales, que solo presentan fiebre con decaimiento, estornudos, diarrea y pérdida de apetito.

### ¿Cómo se contagia?

La gripe se contagia con mucha facilidad. Los niños son los transmisores número uno del virus. Como la mayoría de los virus respiratorios, se contagia a través de las gotas de saliva de la boca, al toser, estornudar, hablar e incluso besar. Y, por supuesto, como todas las enfermedades respiratorias, se transmite por las manos.

Así como los niños se contagian poco de covid-19 y la mayor parte de las veces el contagio es por adultos y suelen pasarlo de una forma asintomática muy leve, en el caso de la gripe ocurre al revés. El niño comienza con los síntomas y es el que contagia la infección a los adultos.

### Sabemos que la gripe no tiene tratamiento, pero ¿qué podemos hacer?

Efectivamente, no hay tratamiento para eliminar el virus. Es importante una buena hidratación, beber mucho. También mantener una temperatura agradable en la habitación y que el niño esté con poca ropa. Hay que ofrecer comida respetando sus gustos y apetito, sin forzar, y dar antitérmicos si la fiebre le genera malestar general. Os recuerdo que no conviene alternar paracetamol e ibuprofeno.

### ¿Cuáles son los signos de alarma?

Fiebre alta mantenida más de tres días, dolor de cabeza intenso, si el

niño está muy decaído, adormilado y poco activo; si le salen manchitas en la piel (a diferencia de otras enfermedades víricas, la gripe no produce exantema ni lesiones en la piel), si la tos empeora con el paso de los días o tiene dificultad respiratoria.

### La vacuna, ¿cuántas dosis son?

Se recomienda una única dosis de 0,5 mililitros en los niños mayores de nueve años. Al mismo tiempo, son dos dosis de 0,5 mililitros separadas en cuatro semanas si es la primera vez que se vacunan de la gripe entre los seis meses y los nueve años de edad.

### Si mi hijo es alérgico al huevo, ¿se puede vacunar?

Una vez más, desde el Comité Asesor de Vacunas se insiste en que todas las personas alérgicas al huevo pueden recibir la vacunación antigripal, a pesar de que la ficha técnica diga lo contrario.

### ¿Se puede prevenir?

Se puede prevenir vacunando. Cada año, la OMS informa de las nuevas cepas a incluir en la vacuna anual. Y se puede prevenir también adoptando las medidas que siempre recomiendo: poner el codo al toser, usar pañuelos desechables y es fundamental el lavado de manos.

