

La gripe llega ya a los 3.471 casos con una tendencia muy similar a la del año pasado por estas fechas

El uso responsable de los recursos sanitarios, los autocuidados por parte de la ciudadanía y el dispositivo de refuerzo de los servicios permiten asumir el incremento de casos que aún no ha llegado a su pico

Lunes, 13 de enero de 2020

La combinación entre el uso responsable de los recursos sanitarios por parte de la población navarra y el refuerzo del dispositivo de atención tanto a nivel de Primaria como en los hospitales están permitiendo al sistema sanitario asumir el notable incremento de los casos de gripe tras el final de las Navidades. Los últimos datos provisionales del Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra hablan ya de 285,5 casos por 100.000 mil habitantes, lo que supone una tasa que dobla a la de la semana pasada (110 casos) pero se encuentra en parámetros similares a los del año pasado por estas fechas.



De izda a dcha: el gerente de Atención Primaria, Manuel Carpintero; el director general de Salud, Carlos Artundo; y la jefa del Servicio de Cuidados Asistenciales y Atención Domiciliaria, Ana Ariztegui presentando el balance de la situación de la gripe.

El Departamento de Salud, en previsión de que la epidemia siga creciendo -ya que en 2019 no llegó a su techo hasta la cuarta semana de año con 476 casos / 100.000 habitantes y 9.036 afectados- recuerda la necesidad de realizar un uso responsable y adecuado de los recursos asistenciales que Osasunbidea en cualquier caso ha reforzado con el habitual **dispositivo** invernal que incluye algunas novedades como el circuito diferenciado de sospecha de gripe en las urgencias extrahospitalarias de los centros San Martín y Buztintxuri, entre otras medidas. El papel de la enfermería también es esencial ante este tipo de situaciones y Salud recuerda que existe un teléfono específico de consulta enfermera (948290290) en el que se pueden recibir indicaciones y **recomendaciones** que pueden evitar acudir al centro de salud o a Urgencias salvo en los casos que sean estrictamente necesarios. Por otra parte, la vacuna, hasta el momento, está demostrando una efectividad alta.

Los datos y las recomendaciones

Tanto los datos de la epidemia de gripe como de atenciones en centros de salud y urgencias así como la ocupación de camas en los hospitales, indican que el sistema está logrando asumir de manera razonable el incremento de estas afecciones gripales normalmente banales aunque cuando se mezcla el tipo de gripe mayoritaria (A) con la realidad de pacientes crónicos o vulnerables, puede traer como consecuencia un mayor número de ingresos. El Instituto de Salud Pública hará mañana su habitual balance semanal, pero, según los datos provisionales, a fecha 12 de enero, actualmente en Navarra la tasa es de 285,5 casos / 100.000 habitantes con 3.471 casos en total y 92 ingresos entre el 6 y el día 9 de enero. Los casos de gripe casi triplican los de la semana pasada (684 casos), pero son muy similares a los del año pasado en el mismo tramo de tiempo (una tasa de 254,9 con 1.623 casos y 85 hospitalizaciones).

En cualquier caso, como la epidemia está lejos de llegar a su pico, el Departamento de Salud insiste en la necesidad de un uso adecuado de los recursos y de potenciar los autocuidados. Así, se aconseja con carácter general los autocuidados con reposo en casa y tratamiento sintomático y acudir a la consulta únicamente en los casos de personas mayores en estado vulnerable, enfermos crónicos (enfermos con patologías cardiovasculares, diabetes, enfermedades respiratorias...) y cuando haya una disminución de las defensas por otras causas. También se debe consultar en el centro de salud si la fiebre no baja a pesar del tratamiento, o si se tiene dificultad para respirar en reposo. Desde el Departamento de Salud se ofrece a la población información sobre la enfermedad, tratamiento, medidas de autocuidado, cuándo acudir a un centro sanitario, y el dispositivo sanitario diseñado para atender la demanda por gripe.

El Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra ofrece en su página web una serie de recomendaciones, para prevenir esta enfermedad como lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente, cubrirse la boca al toser o estornudar con un pañuelo desechable, con la cara interna del codo o con el dorso de la mano; no frecuentar lugares con mucha gente para evitar contagios, entre otras. Igualmente ofrece información sobre diferentes aspectos de la enfermedad (**síntomas**, **tratamiento**, etc). Hay que resaltar que, al estar causada por un virus, los antibióticos no están indicados, y únicamente se trata con medicamentos que alivien los síntomas.

En los casos necesarios y fuera de los horarios habituales de los centros de salud, se puede contactar con el servicio de consejo sanitario en el teléfono 948290290 y en el correo consejosalud@navarra.es, atendido por profesionales de enfermería (de lunes a viernes, de 14:30 a 21:30 horas., sábados, domingos y festivos, de 9:00 a 21:00 horas). Es un servicio especialmente diseñado para pacientes crónicos.

En la mayor parte de casos, no se puede hacer nada contra la gripe, más allá de aliviar los síntomas y evitar el contagio. En la inmensa mayoría de los pacientes, no se requiere la visita a un centro sanitario. Las personas afectadas con gripe se pueden cuidar en su domicilio ya que la enfermedad es leve en la mayoría de los casos. Lo más frecuente es que la gripe evolucione favorablemente en 2-4 días aunque se pueda continuar con tos una semana y sentir cansancio durante las semanas siguientes al inicio de la enfermedad.

Al día de hoy, según los últimos datos recabados, tanto los centros de atención Primaria como los centros

hospitalarios y sus respectivos servicios de Urgencias, así como los servicios de urgencias extrahospitalarias de San Martín y Buztintxuri han experimentado un notable incremento de las consultas, atenciones e ingresos pero se están atendiendo dentro de los parámetros habituales en esta época. Todos estos niveles de atención sanitaria han sido reforzados tanto en recursos personales como materiales (camas extra en el CHN) y de horarios de atención al público.

🔗 <https://youtu.be/IS5Yrws3bWI>