

GOBIERNO DE NAVARRA

DESARROLLO ECONÓMICO

DERECHOS SOCIALES

HACIENDA Y POLÍTICA FINANCIERA

PRESIDENCIA, FUNCIÓN PÚBLICA,
INTERIOR Y JUSTICIARELACIONES CIUDADANAS E
INSTITUCIONALES

EDUCACIÓN

SALUD

CULTURA, DEPORTE Y JUVENTUD

DESARROLLO RURAL, MEDIO
AMBIENTE Y ADMINISTRACIÓN LOCAL

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

La gripe alcanza en Navarra el nivel de epidemia, con 314 casos en la última semana

El teléfono 848 42 78 88 atiende dudas y ofrece consejos fuera del horario de los centros de salud, evitando desplazamientos innecesarios

Martes, 19 de enero de 2016

Navarra registró en la última semana (11 al 17 de enero) un total de 314 casos de gripe, con una tasa de 49,8 casos por cada 100.000 habitantes, superando así el umbral de epidemia, establecido en 40 casos por 100.000 habitantes, según datos del Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra.

Comienza así la onda gripal de esta temporada, que mantiene en esta semana una intensidad baja y tendencia creciente. Se prevé que la incidencia continúe en aumento al menos en las próximas cuatro semanas. En cuanto al virus causante, predomina la gripe A (H1N1), con un 77% de los casos; en el 23% restante se ha detectado el virus de la gripe A (H3).

La incidencia ha aumentado en todos los grupos de edad, con tasas más altas entre jóvenes y adultos de entre 15 y 64 años, donde se superan los 60 casos por 100.000 habitantes. La tasa más baja se da en los mayores de 65 años, con 17 casos por 100.000 habitantes.

Además, se han confirmado 6 casos nuevos de gripe en pacientes hospitalizados. En lo que va de temporada, se han registrado un total de 18 ingresos hospitalarios por gripe.

La gripe

La gripe estacional es una enfermedad infecciosa vírica, que se transmite por vía aérea, que se manifiesta en el periodo invernal, se inicia repentinamente y tiene un periodo de incubación de uno a tres días. Se caracteriza por fiebre alta y afectación del estado general. Puede aparecer acompañada de dolores de cabeza y mialgias (dolores musculares) y de congestión nasal e irritación de garganta. La gripe cura normalmente sin secuelas pero en gente mayor o con ciertas enfermedades puede dar lugar a complicaciones potencialmente graves.

Por ello, se recomienda acudir al centro de salud si afecta a personas más vulnerables: menores de 2 años, embarazadas, personas con enfermedades crónicas o ancianos; si existe un aumento de la dificultad respiratoria o la expectoración es verdosa o sanguinolenta; si la fiebre dura más de 4 días, es superior a 39 grados o reaparece tras haber estado sin fiebre 24 horas; o si aparece dolor o supuración de oídos, sarpullido o vómitos persistentes.

Para prevenir el contagio de la gripe, el ISPLN ofrece en su [página](#)

[web](#) una serie de [recomendaciones](#), 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), así como un cuestionario de [autoevaluación](#) de síntomas de gripe y de resfriado con recomendaciones sobre qué hacer en función de las respuestas. 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.

Atención telefónica en el 848 42 78 88

Cabe recordar que Salud ofrece en el teléfono 848 42 78 88 un servicio de atención fuera del horario habitual de los centros de Salud, en el que personal de enfermería especializado ofrece a la ciudadanía información sobre la forma más de adecuada de actuar ante los problemas de salud más habituales, o una respuesta a las dudas más frecuentes sobre su enfermedad o tratamiento. Al mismo tiempo, se ocupa del seguimiento y control de pacientes crónicos descompensados.

Funciona todos los días laborables entre las 14,30 y las 21,30 horas, y entre las 8 y las 22 horas en fin de semana, en el citado número 848 42 78 88 y en la dirección de correo electrónico enfconsue@navarra.es. El servicio es una herramienta de atención sanitaria eficaz e inmediata, sobre todo en épocas concretas como la temporada de gripe o ante episodios de enfermedades como gastroenteritis, ya que permite actuar en el propio domicilio, evitando desplazamientos a los servicios de urgencias y demoras innecesarias en la atención.