



Vuelve la gripe a España y los expertos avisan: debemos prepararnos para meses duros

SARA RÍOSNOTICIA

28.09.2024

La llegada del otoño y el consecuente descenso de las temperaturas suele venir también acompañado por un **incremento en la incidencia de virus** como el de la [gripe](#). El año pasado se observó una "actividad gripal muy intensa", tal y como sostiene Sanidad en su [último informe](#) de recomendaciones sobre la vacunación contra la gripe y la Covid, publicado este mes de septiembre. La previsión para este año tampoco es nada halagüeña, según los expertos.

Para entender lo que puede pasar en España en los próximos meses, los científicos **miran a otros lugares del mundo** que ya han pasado el invierno, como **Australia o Nueva Zelanda**.

En el caso de Australia, la intensidad de la gripe ha sido muy alta: se detectaron **más de 340.000 casos en lo que va de año**, por lo que ha sido una de las peores temporadas, según [recoge el organismo independiente Immunisation Coalition](#) a partir de datos del sistema público de salud de ese país.

"Sabemos que después de un silencio de virus que ocurrió fundamentalmente cuando la pandemia de Covid, a partir de ahí **la gripe ha vuelto a recuperar protagonismo**", explica [en declaraciones a RTVE](#) Jose María Eiros, director del Centro Nacional de Gripe.

La alta incidencia del virus en Australia es una tendencia que se ha repetido también en el resto de países del hemisferio sur, aunque estas cifras no tienen por qué ser exactamente iguales. "Habitualmente hacemos una extrapolación, **es nuestro espejo**, pero es una extrapolación relativa porque **influyen otros factores**", apunta, por su parte, Lorenzo Armenteros, médico de familia y miembro de la SEMG (Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia).

El primero de los factores es "la **temperatura** que pueda haber" durante el otoño e invierno en España, y otro punto fundamental "será **el nivel de vacunación**", sostiene este médico de familia en una entrevista en RTVE.

A pesar de que las variantes de la gripe cambian frecuentemente, los expertos explican que esta temporada se espera que sea **muy parecida a la anterior**. "Tuvimos casos de gripes muy adelantados, como está ocurriendo este año, que ya empezamos a ver casos de gripe, y duró más tiempo de lo normal, hasta marzo o principios de abril", añade Lorenzo Armenteros.

La clave para evitar un repunte mayor y prevenir los casos más graves está en **la vacunación a los grupos más vulnerables**, y en ello centran su mensaje los expertos. "El problema fundamental que tenemos con la gripe es que no siempre se percibe como una enfermedad infecciosa que **puede llegar a ser grave** y a condicionar la vida de las personas", advierte Jose María Eiros.

El [último informe semanal disponible](#) del Sistema de Vigilancia de las Infecciones Respiratorias Agudas —entre las que se incluye la gripe y la Covid— muestra una **incidencia de gripe menor en la última semana** —hasta el 22 de septiembre— respecto de la anterior, aunque ello no es motivo para bajar la guardia. De hecho, las comunidades autónomas ya han comenzado a informar sobre las fechas en que comenzarán **las campañas de vacunación**.

Durante la temporada pasada, Sanidad indica que "el grupo de población donde se observó **mayor letalidad, gravedad y carga hospitalaria** fue en mayores de 60 años, sobre todo en **mayores de 75 años** de edad, entre los que se dan el 51% de todas las hospitalizaciones por gripe".

Por este motivo, médicos e instituciones insisten en la importancia de la vacunación. En su [último informe de recomendaciones](#), sanidad detalla **qué grupos de personas** tienen mayor riesgo de complicaciones o cuadros graves en caso de contagiarse de gripe:

- Personas mayores de 60 años.
- Personas internadas en centros de discapacidad, residencias de mayores o residentes en instituciones cerradas.
- Personas mayores de 12 años con enfermedades como diabetes mellitus, obesidad mórbida, enfermedades crónicas cardiovasculares o respiratorias, inmunosupresión, cáncer y hemopatías malignas, o tras tornos y enfermedades que conllevan disfunción cognitiva (síndrome de Down o demencias), entre otras.
- Embarazadas en cualquier trimestre de gestación y mujeres durante el puerperio que no se hayan vacunado durante el embarazo.
- Personas convivientes con aquellas que tienen alto grado de inmunosupresión.

En cuanto a los **síntomas de la gripe**, tal y como [recuerdan desde Immunisation Coalition](#), se manifiesta de manera diferente en adultos y en niños.

En **personas adultas**, los síntomas de la gripe pueden incluir "fiebre, tos seca, dolor muscular y articular, cansancio extremo, dolor de cabeza y dolor de garganta", describen.

En cambio, en los **niños**, la gripe se puede manifestar con síntomas como "tos, fiebre alta y apatía", y también pueden sufrir diarrea y vómitos como resultado de la infección.

