

## La Influenza H1N1 2009 y el Embarazo

Esta hoja habla sobre los riesgos que la exposición a la Influenza H1N1 2009 pueda tener durante el embarazo. En cada embarazo, las mujeres tienen del 3 al 5 por ciento de probabilidad de tener un bebé con malformaciones congénitas. Esta información no deberá usarse como un sustituto del cuidado médico o los consejos de su proveedor de la salud.

### *¿Qué es la influenza H1N1 2009?*

La gripa (conocida de forma más formal como influenza) es una infección de las vías respiratorias. Durante la temporada de gripa del 2009-2010, las personas se enfermaron tanto de los virus de la influenza estacional y de un nuevo tipo de virus de la influenza de nombre H1N1. La influenza H1N1 apareció por primera vez en los Estados Unidos en abril del 2009. Ya que muy pocas personas tenían inmunidad a ésta, la H1N1 se propagó de persona a persona en todo el mundo, aún durante los meses de verano y por lo tanto se le conoció como una pandemia de gripa. Aunque ya se declaró que se terminó la pandemia, se teme que el virus H1N1 continúe enfermando a la gente durante muchos años más. Los síntomas de la influenza H1N1 son similares a los que se presentan en la influenza estacional. A usted puede dar fiebre, dolor de cabeza, escalofríos, dolores musculares, tos, congestión, goteo nasal y dolor de garganta. En ocasiones la influenza H1N1 puede causar malestares estomacales con vómito y diarrea.

### *¿La influenza H1N1 es igual a la influenza porcina?*

Originalmente a la influenza H1N1 se le dio el nombre de "influenza porcina" ya que se descubrió que el virus era similar a los virus que causan la enfermedad en los cerdos. Sin embargo, ahora se sabe que la H1N1 contiene partes de virus que se encuentran en los cerdos, aves y en la gente. La influenza H1N1 se pasa de persona a persona. Usted no puede contagiarse de la influenza H1N1 por comer cerdo o productos porcinos.

### *¿Es contagiosa la influenza H1N1? ¿Cómo se propaga el virus?*

Sí, la influenza H1N1 es contagiosa. El virus se propaga de persona a persona de la misma manera que se propagan los virus de la influenza estacional. Los goteos nasales que contienen el virus se dispersan por el aire cuando la gente tose o estornuda. Una persona con la influenza H1N1 es contagiosa hasta una semana después de que él o ella hayan desarrollado los síntomas.

### *¿Qué tan severa es la influenza H1N1?*

La enfermedad de la influenza H1N1 va desde leve hasta severa. La mayoría de las personas que se enferman se recuperan sin necesitar tratamiento médico. Sin embargo, se han dado casos de hospitalizaciones y muertes a causa de la influenza H1N1. A diferencia de la influenza estacional, las posibilidades de contagiarse con la H1N1 son más altas en las personas menores de 65 años de edad. Los menores, mujeres embarazadas y personas con condiciones médicas subyacentes y aquellos mayores de 65 años de edad están en más riesgo de tener complicaciones severas por la influenza H1N1.

### *Me he enterado que las mujeres embarazadas pueden enfermarse más por la H1N1 que otras personas. ¿Es cierto?*

Sí. Cuando usted está embarazada su organismo tiene más dificultad para combatir las infecciones. Las mujeres embarazadas tienen más riesgo de desarrollar serias complicaciones por la influenza H1N1, tales como insuficiencia respiratoria (severos problemas para respirar). Enfermedades severas, ingresos a hospitales y aún muertes han ocurrido en mujeres embarazadas a quienes les dio la influenza H1N1. Complicaciones serias se han presentado en todos los trimestres y algunas mujeres severamente enfermas no tenían otros problemas de salud, sólo la influenza H1N1.

### *¿Por tener la influenza H1N1 durante el embarazo puede ser causar de malformaciones congénitas o poner en riesgo a mi bebé?*

Debido a que la H1N1 es un nuevo tipo de virus de influenza, todavía no tenemos estudios realizados en bebés de mujeres quienes tuvieron la influenza H1N1 durante el embarazo. Mas, otros tipos de virus de influenza no han demostrado causar malformaciones congénitas.

Tener fiebre alta durante el embarazo puede aumentar el riesgo de malformaciones congénitas. Por lo tanto, la fiebre durante el embarazo debe ser tratada. El acetaminofén es el medicamento que más se utiliza para reducir la fiebre durante el embarazo. Tylenol® es una de las marcas de acetaminofén.

Estar severamente enferma debido a la influenza puede aumentar el riesgo de complicaciones durante el embarazo tales como aborto espontáneo o parto prematuro. Es importante consultar a su médico si usted está embarazada y tiene síntomas de la influenza.

### ***¿Cómo puedo prevenir que me dé la influenza H1N1?***

Vacunarse es la mejor manera de protegerse y proteger a su bebé. La vacuna H1N1 estuvo disponible en la temporada de gripa 2009-2010 como una vacuna por separado. A partir de la temporada de gripa 2010-2011, la vacuna contra influenza estacional le dará protección contra los virus de la influenza tanto estacional como H1N1. Ya no se necesita una vacuna H1N1 por separado. Se recomienda la forma inyectable de la vacuna contra la influenza (flu shot) durante cualquier trimestre del embarazo. No se recomiendan las vacunas en aerosol nasal contra la influenza durante el embarazo. Vacunándose usted durante el embarazo también puede proteger a su bebé para evitar que se enferme durante los primeros seis meses de vida cuando el bebé está muy chiquito para que lo vacunen. Para mayor información sobre las vacunas contra la influenza, lea las hojas informativas de OTIS [La vacuna contra la Influenza \(flu shot\) durante el Embarazo](#).

Además de recibir las vacunas, asegúrese que usted y otras personas a su alrededor hagan lo siguiente para ayudar a prevenir la propagación de la gripa:

- Lávese las manos con agua y jabón frecuentemente
- Evite tocarse los ojos, nariz y boca
- Trate de evitar un contacto cercano con personas enfermas
- Cúbrase la nariz y la boca cuando tosa o estornude
- Quédese en casa y evite el contacto cercano con otros si usted está enferma

### ***¿Qué debo de hacer si me enfermo?***

Si usted tiene síntomas de gripa, consulte a su médico inmediatamente. Su médico le podrá recomendar medicamentos antivirales para aminorar los síntomas de la influenza y para reducir el riesgo de enfermedades más serias. Estos medicamentos funcionan mejor cuando se toman a principios de la enfermedad. Para más información sobre los medicamentos antivirales, lea la hoja informativa de OTIS [Medicamentos Antivirales para Tratar/Prevenir la Influenza durante el Embarazo](#).

Si está enferma, quédese en casa y evite tener contacto cercano con otras personas para prevenir el contagio de la enfermedad. Asegúrese de beber suficientes líquidos. Trate la fiebre de inmediato con acetaminofén (Tylenol®).

### ***¿Debería consultar a mi médico si un miembro de mi familia está enfermo?***

Sí. Consulte a su médico si usted ha estado en contacto cercano con alguien enfermo con la influenza H1N1. Las mujeres embarazadas tienen más riesgo de

desarrollar complicaciones por la influenza H1N1. Algunas mujeres pueden beneficiarse si tomar medicamentos antivirales para prevenir contagiarse con la influenza después de haber sido expuestas a ésta. Su proveedor de la salud puede ayudarla a decidir si el tomar el medicamento antiviral contra la influenza es lo mejor para usted.

### ***¿Debería dejar de amamantar si tengo la influenza H1N1?***

No. Amantar ofrece la mejor nutrición para su bebé, y hay anticuerpos en su leche materna que pueden ayudar a prevenir que su bebé se enferme.

Es importante tratar de proteger a su bebé para que no se enferme. Lávese las manos con agua y jabón antes de cargarlo. Evite toser o estornudar sobre su bebé. Considere utilizar un cubre boca mientras amamanta y atiende a su bebé para ayudar a prevenir el pasarle la enfermedad. Mientras esté usted enferma, puede considerar que otro miembro de la familia quien no esté enfermo cuide de su bebé.

Si su bebé tiene la influenza, es de suma importancia que lo amamante tan a menudo como sea posible. Su bebé necesitará más líquidos durante este periodo. La leche de usted es lo mejor en esto, aun más que cualquier otra cosa, inclusive cosas como el Pedialyte®. También, los anticuerpos en su leche ayudan a su bebé a luchar contra la infección y a mejorarse más rápido.

*OTIS al presente está realizando el Estudio OTIS de Vacunas y Medicamentos durante el Embarazo (VAMPSS por sus siglas en inglés). El propósito de este estudio es aprender más sobre el uso durante el embarazo de las vacunas de la influenza y los medicamentos antivirales. Si usted está embarazada y ha recibido la vacuna contra la influenza estacional, la vacuna H1N1, o tomado medicamentos antivirales para prevenir o tratar la gripa (incluyendo Tamiflu® or Relenza®), y está interesada en aprender más sobre este estudio, por favor póngase en contacto con el Centro de Coordinación VAMPSS al: 1- 877-311-8972.*

**Septiembre 2010.**

Derechos de Autor por OTIS.  
Reproducido con permiso.



Las referencias disponibles bajo solicitud.

*Si tiene cualquier pregunta sobre la información en esta hoja informativa u otras exposiciones durante el embarazo, llame a OTIS al 1-866-626-6847.*