

¿QUÉ ES EL DENGUE Y COMO PODEMOS PREVENIRLO?

¿Qué es el dengue?

El dengue es una enfermedad viral transmitida por mosquitos, que se caracteriza por producir un importante dolor en las articulaciones y músculos, inflamación de los ganglios y erupción en la piel. No todos los mosquitos contagian el dengue, sólo aquellos que previamente han picado a un individuo enfermo. La infección puede cursar asintomática o dar síntomas de variada intensidad. Algunos pacientes pueden cursar con formas graves.

Existen cuatro tipos del virus del dengue. La primera vez que una persona es contagiada por cualquiera de estos 4 virus, adquiere el dengue. Nunca volverá a padecer dengue por el mismo virus pero si la persona vuelve a ser picada por un mosquito portador de uno de los tres restantes virus, puede sufrir otra vez dengue. Por lo tanto, una persona puede tener hasta cuatro veces enfermedad por virus dengue durante su vida.

¿Cómo se transmite el dengue?

La enfermedad se transmite a través de la picadura del mosquito *Aedes aegypti* infectado por el virus, éste debe haber picado antes a una persona infectada en período de viremia (virus circulando en sangre).

Las personas infectadas presentan viremia un día antes y hasta 5-6 días posteriores a la aparición de la fiebre. Si durante la viremia el mosquito pica a esta persona, se infecta y a partir de ese momento adquiere la capacidad de infectar a individuos susceptibles. La duración de este período es variable (7-14 días), dependiendo entre otros factores, de la temperatura ambiental.

El dengue no puede transmitirse de persona a persona ni a través de objetos, ni por vía oral, respiratoria o sexual. Sin embargo, aunque es infrecuente, están descriptas la transmisión en el embarazo y la vía transfusional.

¿Cuáles son los síntomas de la enfermedad?

El dengue es una enfermedad en la que en pocas horas, la persona puede pasar de un cuadro leve a un cuadro grave. Al inicio de la fiebre, no es posible predecir si el paciente tendrá síntomas y signos leves todo el tiempo, o si evolucionará a una forma grave de la enfermedad. Por lo tanto, el equipo de salud debe realizar un seguimiento estricto del paciente, y éste junto a su grupo familiar deben estar atentos a los signos de alarma, controlando a todo paciente con dengue hasta al menos 48 horas de finalizada la etapa febril. Esto último es fundamental porque el mayor riesgo de complicaciones ocurre en las 48 horas posteriores al cese de la fiebre (4to. a 7mo. día del inicio del cuadro).

¿Cuál es el tratamiento del dengue?

Luego de la evaluación inicial del paciente, el médico tratante definirá si la atención es ambulatoria u hospitalaria, así como los controles y la terapéutica a seguir.

No existe ninguna medicación específica para el tratamiento de la infección por dengue. Las personas que creen que pueden estar sufriendo la enfermedad deben consultar al médico y recibirán como tratamiento medidas para el control de los síntomas, como analgésicos para la fiebre y el dolor (se sugiere paracetamol, se contraindica la aspirina y otros antiinflamatorios no esteroideos tipo ibuprofeno, porque pueden aumentar el sangrado), reposo relativo en cama con aislamiento de mosquitos e ingesta de abundantes líquidos. Tampoco existe ningún tratamiento específico contra el dengue hemorrágico. Sin embargo, este cuadro puede ser efectivamente tratado si es diagnosticado en forma temprana. Generalmente requiere la internación del paciente para asegurar un manejo adecuado de las hemorragias.

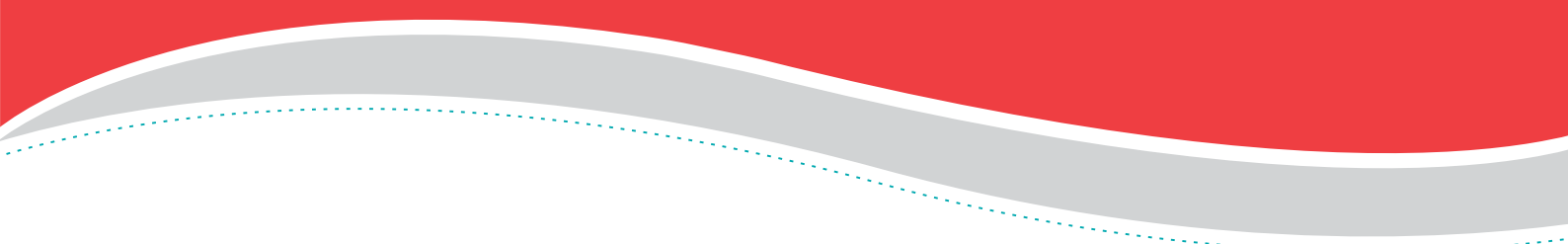
¿Dónde hay dengue?

Los brotes de dengue ocurren principalmente en áreas donde vive el mosquito *Aedes aegypti*. Esto incluye la mayoría de las zonas tropicales del mundo. Sin embargo, el virus del dengue puede ser introducido en cualquier área nueva a través de viajeros que se infectan al visitar áreas tropicales donde el dengue existe comúnmente.

¿Qué puede hacerse para reducir el riesgo de adquirir el dengue?

No hay vacunas para prevenir el dengue. La mejor medida preventiva para personas residentes en áreas infestadas por el *Aedes aegypti* es eliminar los lugares donde los mosquitos ponen sus huevos.

- Los recipientes que recolectan agua de lluvia o que se usan para guardar agua (como baldes, tachos o palanganas) deben ser cubiertos o vaciados.
- Los contenedores de agua para animales y los floreros con agua deben ser vaciados y lavados cada 3 días (esto va a eliminar los huevos y larvas de mosquitos y reducir el número de mosquitos presentes en el área).
- Tener en cuenta que durante los meses de temperatura muy baja, los mosquitos adultos que transmiten el virus mueren, pero sus huevos permanecen en los recipientes, aun cuando no contengan agua, por lo que la limpieza y eliminación de los mismos es indispensable. También se debe desmalezar los alrededores de la vivienda y mantener el pasto corto.
- De ser posible, utilizar camisas de manga largas y pantalones de colores claros, ya que el *Aedes* huye naturalmente de elementos que reflejan la luz del sol.



Para aquellas personas que viajarán a áreas con dengue, así como para aquellas que viven en áreas con dengue, el riesgo de picaduras por mosquitos disminuye con la utilización de aires acondicionados y puertas y ventanas con mosquiteros. La utilización, sobre la piel y ropa, de repelentes de insectos que contengan DEET (dietil-meta-toluamida) al 20-30 % disminuye el riesgo de picaduras de mosquitos.

¿Cómo se pueden prevenir las epidemias de dengue?

El énfasis en la prevención del dengue radica en el control comunitario de los mosquitos. Para prevenir una epidemia se requiere del esfuerzo comunitario coordinado que logre aumentar el alerta acerca de la misma. Por eso es importante saber reconocer el dengue, y conocer acerca del control de la enfermedad y del mosquito que la transmite.

Los habitantes son responsables de mantener sus casas y patios libres de sitios en donde los mosquitos puedan reproducirse.

Ante estos síntomas NO se automedique y consulte a su médico:

- Fiebre acompañada de dolor detrás de los ojos, de cabeza, muscular y de articulaciones.
- Náuseas y vómitos.
- Cansancio intenso.
- Aparición de manchas en la piel.
- Picazón y sangrados de nariz y encías.