



*A través de una campaña de divulgación*

## **El Gobierno regional y la Sociedad Española de Medicina de Emergencias colaboran para reforzar la información preventiva y de actuación ante a la gripe**

- La directora gerente del SESCAM y el presidente de SEMES han presentado hoy esta campaña dirigida a la población en relación a aspectos preventivos para evitar el contagio de la gripe, pero también a las medidas a tomar si ya nos hemos contagiado de esta infección respiratoria.
- La tasa semanal de incidencia de gripe en Castilla-La Mancha es de 254 casos por 100.000 habitantes, más del doble que la semana anterior. Según los epidemiólogos, es previsible que continúe en fase de ascenso al menos un par de semanas más hasta alcanzar su pico máximo de incidencia de gripe.

**Toledo, 18 de enero de 2017.-** La directora gerente del Servicio de Salud de Castilla-La Mancha, Regina Leal, y el presidente de la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias (SEMES), Juan Jorge González Armengol, han presentado hoy una campaña informativa de prevención y actuación ante la gripe que han elaborado conjuntamente ambas instituciones.

En rueda de prensa, en la que también ha estado acompañada por el directora general de Asistencia Sanitaria, José Antonio Ballesteros y el coordinador de la Red de Expertos y Profesionales de Urgencias, Santiago Cortés, Leal ha recordado que desde el inicio de la campaña de vacunación antigripal, el pasado 20 de octubre, los ciudadanos pueden consultar tanto en la página web del SESCAM como en otros canales informativos, una completa información sobre la gripe, vinculada principalmente con la vacunación.

No obstante, desde la Consejería y desde el SESCAM se ha considerado oportuno reforzar la información a la población a este respecto, coincidiendo con el aumento de la tasa de incidencia de la gripe que se está registrando en las dos últimas semanas. Y es que, según ha indicado Leal, el informe preliminar de vigilancia de la gripe correspondiente a la semana 2 de 2017 (que comprende del 9 al 15 de enero), en Castilla-La Mancha se declararon a la Red de Médicos Centinela un total de 178 casos de gripe.

“Esto supone que la tasa semanal de incidencia de gripe en Castilla-La Mancha es de 254 casos por 100.000 habitantes, más del doble que la tasa de la semana anterior que fue de 101,4 casos por 100.000 habitantes”, ha señalado la directora gerente del SESCAM, quien ha precisado que es la tercera semana consecutiva que la tasa regional supera el umbral



epidémico establecido para esta temporada en nuestra comunidad autónoma (51,17 casos por 100.000 habitantes).

A tenor de estos datos, ha explicado Leal, la incidencia de gripe en Castilla-La Mancha se sitúa en la fase epidémica y, según los epidemiólogos, es previsible que continúe en fase de ascenso al menos un par de semanas más hasta alcanzar su pico máximo de incidencia de gripe.

Durante la semana 2, se han declarado casos de gripe en todos los grupos de edad, estando las tasas más elevadas en los grupos de edad de 5-14 años y de 15-64 años, con unas tasas de 285,9 y 274,8 casos por 100.000 habitantes, respectivamente.

## Colaboración de profesionales y Sociedades Científicas

“A la vista de estos datos, hemos creído oportuno reforzar la información dirigida a la población en relación a aspectos preventivos para evitar el contagio de la gripe, pero también en relación a las medidas a tomar si ya nos hemos contagiado de esta infección respiratoria”, ha señalado Leal, quien ha explicado que para ello se ha contado con el apoyo y colaboración de los profesionales.

Por un lado, ha dicho, de la Red de Expertos y Profesionales de Urgencias, que ha colaborado activamente en el diseño del Plan de Alta Frecuentación ante la Gripe y también de la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias, aprovechando su experiencia para el desarrollo de un Plan de Prevención y Actuación ante la Gripe, y acogiendo su plataforma de divulgación y sus contenidos.

“Creemos que la información es la mejor herramienta para que los ciudadanos puedan adoptar las medidas necesarias para hacer frente a la gripe”, ha afirmado Leal, quien ha reiterado su agradecimiento al esfuerzo y dedicación de todos los profesionales, tanto sanitarios como no sanitarios, en el día a día en cada uno de nuestros 18 Hospitales y en cada uno de los 204 Centros de Salud con sus 181 Puntos de Atención Continuada.

Igualmente ha hecho un llamamiento a la población que considere que requiere ser atendida sanitariamente, para que acuda en primer lugar a su Centro de Salud, a su Médico de Familia o a los Puntos de Atención Continuada y no directamente a un Servicio de Urgencias Hospitalario para recibir una atención más ágil y permitir además al sistema sanitario reducir los tiempos de demora en la atención.

La directora gerente del SESCAM ha reiterado que todos los centros sanitarios de Castilla-La Mancha están dando respuesta a las situaciones puntuales de sobrecarga asistencial como consecuencia del incremento de urgencias con motivo de la gripe. En este sentido, ha recordado que dentro del Plan de Alta Frecuentación por Gripe se han habilitado 302 camas



más en el conjunto de la Comunidad Autónoma y se han reforzado las plantillas con cerca de 263 profesionales más, tanto en Atención Hospitalaria como en Atención Primaria.

## Decálogo de consejos

Por su parte, el presidente de la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias ha explicado que la campaña divulgativa se compone de un decálogo para evitar el contagio de la gripe y otras diez medidas sobre qué hacer si ya nos hemos contagiado.

Dentro de las medidas para prevenir el contagio se encuentran consejos como lavarse las manos con frecuencia; taparse la boca y la nariz al estornudar o toser en el brazo o con un pañuelo de papel; utilizar pañuelos desechables y tirarlos tras cada uso; llevar una vida sana, mantenerse activo, comer bien y descansar lo suficiente; limpiar más frecuentemente las superficies comunes de la casa si alguno de los ocupantes tiene gripe; o vacunarse si se pertenece a los grupos de riesgo.

Respecto a los consejos a seguir si ya nos hemos contagiado de la gripe, González Armengol ha recordado la importancia de descansar, bajar el ritmo habitual y hacer reposo; beber abundante agua líquida; alimentarse de forma sana y equilibrada; evitar fumar porque el tabaco irrita aún más la mucosa que recubre la nariz y los bronquios; si existe picor de garganta, chupar caramelos sin azúcar o beber algún líquido templado; así como seguir las medidas higiénicas para evitar el contagio a otras personas.

El presidente de SEMES ha recordado que la gripe está causada por un virus, por lo que los antibióticos no son efectivos para su curación; se puede tomar paracetamol para disminuir los síntomas como la fiebre y el dolor muscular. Asimismo, ha explicado que si la persona afectada por gripe está tomando algún medicamento o siguiendo algún tratamiento, no debe dejar de seguirlo.

El contenido de esta campaña se difundirá a través de la página web del SESCAM, a través de las pantallas del sistema de turnos que hay en los hospitales y con la distribución de los carteles en todos nuestros centros sanitarios.

## Urgencias relacionadas con la temporada de frío

Por último, la directora gerente del SESCAM ha adelantado que en los próximos días, también desde la Red de Expertos de Urgencias y con la colaboración de SEMES, se desarrollará una campaña de divulgación de medidas preventivas y de actuaciones a llevar a cabo para prevenir urgencias relacionadas con la temporada de frío.



Castilla-La Mancha

# Gabinete de Comunicación

Sanidad

Urgencias como las intoxicaciones por monóxido de carbono, las inhalaciones de gases por problemas en la combustión de calderas en mal estado o por deficiencias en la ventilación, las hipotermias relacionadas con el consumo del alcohol, las quemaduras por incendios en el hogar, y algunas más que están estrechamente relacionadas con la importante bajada de las temperaturas que se anuncia para los próximos días.

Comunicación

Dirección General de Comunicación  
Plaza del Cardenal Siliceo, s/n  
45001 - Toledo

Tel.: 925 26 78 82 | 925 24 88 14 | comunicacion@jccm.es

