

Síndrome gripal.

1. OBJETIVOS.....	2
2. DIÁLOGOS.....	2
1.1. Síndrome gripal sin derivación.....	2
1.2. Síndrome gripal con derivación.....	3
3. VOCABULARIO.....	4
4. PACIENTES CON SÍNDROME GRIPAL QUE DEBEN DERIVARSE AL MÉDICO.....	5
5. RECOMENDACIONES PARA EL TRATAMIENTO DEL SÍNDROME GRIPAL.....	6
5.1. Tratamiento farmacológico.....	6
5.2. Tratamiento no farmacológico.....	6
6. BIBLIOGRAFIA.....	6

1. OBJETIVOS

Al finalizar el tema deberá:

- Realizar una correcta indicación farmacéutica a un paciente con síndrome gripal.
- Detectar los síntomas de derivación al médico.
- Proporcionar recomendaciones no farmacológicas para el tratamiento de la gripe.

2. DIÁLOGOS

1.1. Síndrome gripal sin derivación.

F. Buenos días señor. --- **Good morning sir.**

P. Buenos días. --- **Good morning.**

F. ¿En qué puedo ayudarle? --- **How can I help you?**

P. Me siento muy cansado, me duele la cabeza y tengo congestión.

I feel really tired, I have a headache and I am congested.

F. ¿Cuánto tiempo lleva con estos síntomas?

How long have you had these symptoms?

P. Dos o tres días. --- **Two or three days.**

F. ¿Tiene la temperatura alta? --- **Do you have a high temperature?**

P. Sí, desde ayer. --- **Yes, since yesterday.**

F. ¿Tiene dificultad para respirar? --- **Is it difficult to breathe?**

P. No, respiro bien. --- **No, I can breathe okay.**

F. ¿Tiene vómitos ó alguna erupción en la piel?

Have you been sick or do you have a skin rash?

P. No, nada de eso. --- **No. Nothing like that.**

F. ¿Está tomando alguna medicación o padece alguna enfermedad?

Are you taking any medication or do you suffer from any other illness?

P. No. ---- **No**

F. ¿Es alérgico a algún tipo de medicamento? --- **Are you allergic to any medicines?**

P. No. --- **No.**

F. Bien, para aliviar los síntomas, tome este medicamento cada ocho horas, hasta que cesen los síntomas.

Guarde reposo y beba mucho líquido.

Durante el tratamiento no tome bebidas alcohólicas.

Si no mejora en tres o cuatro días, o los síntomas empeoran debe ir al médico.

¿Lo ha comprendido bien?



Okay, to relieve these symptoms, take this medicine every eight hours until the symptoms ease.

Get lots of rest and drink a lot of liquid. While you are taking this do not drink alcohol.

If it doesn't improve in three or four days or the symptoms get worse, you should see a doctor.

Do you understand?

P. Perfectamente, ¿Cuánto le debo? --- **Perfectly! How much do I owe you?**

F. Son seis euros y 75 céntimos por favor --- **That's six euros and 75 cents please.**

P. Aquí los tiene, gracias. --- **Here you are, thank you.**

F. Muchas gracias, adiós. --- **Thank you very much, Goodbye.**

P. Adiós. --- **Goodbye.**

1.2. Síndrome gripal con derivación.

F. Buenos días señor ¿En qué puedo ayudarle? -- **Good morning sir, how can I help you?**

P. Buenos días, me siento muy mal, tengo congestión nasal y dolor de cabeza, creo que tengo gripe.

Good morning. I feel really awful; my nose is blocked up and I have a headache. I think I have flu.

F. ¿Cuántos días lleva con estos síntomas?

How many days have you had these symptoms?

P. Desde la semana pasada, unos seis o siete días.

Since last week, six or seven days.

F. ¿Tiene la temperatura alta? --- **Do you have a high temperature?**

P. Sí, tengo fiebre desde hace varios días.

Yes, I have had a high temperature for a few days.

F. ¿Está tomando alguna medicación o padece alguna enfermedad?

Are you taking any medication or do you suffer from any other illness?

P. Sí, soy asmático. --- **Yes, I am asthmatic.**

F. Debido a esos síntomas, lo mejor es que acuda al médico.

With these symptoms the best thing is to see a doctor.

P. ¿Dónde está el centro de salud más cercano?

Where is the nearest health centre?

F. Está bajando esta calle a la derecha. --- **It is at the bottom of this street on the right.**

P. De acuerdo, muchas gracias. --- **Okay, thank you very much.**

F. De nada, que se mejores, hasta luego. ---

You're welcome, I hope you feel better soon.

P. Adiós muchas gracias. --- **Goodbye, thank you.**



3. VOCABULARIO

SÍNDROME GRIPAL	
Gripe Tengo gripe. ¿Tiene gripe?	Flu 'I have (the) flu.' 'Do you have flu?'
Malestar excesivo . Tengo malestar excesivo ¿Tiene malestar excesivo ?	To feel very unwell 'I feel very unwell.' 'Do you feel very unwell?'
Vómitos. Tengo vómitos ¿Tiene vómitos?	Vomiting 'I am vomiting.' 'Are you vomiting?'
Erupción en la piel. Tengo erupción en la piel ¿Tiene erupción en la piel?	A skin rash 'I have a rash.' 'Do you have a rash?'
Recaída. ¿Ha sufrido una recaída? He sufrido una recaída	To have a relapse 'Have you had a relapse?' 'I have had a relapse.'
Asma. Tengo asma ¿Tiene asma?	Asthma 'I have asthma.' 'Do you have asthma?'
Insuficiencia cardíaca Tengo insuficiencia cardíaca ¿Tiene una insuficiencia cardíaca?	Heart failure 'I have heart failure.' 'Do you have heart failure?'
Enfermedad coronaria Tengo una enfermedad coronaria ¿Tiene una enfermedad coronaria?	Coronary/Heart disease 'I have coronary/heart disease.' 'Do you have coronary/heart disease?'
Diabetes Tengo diabetes ¿Tiene diabetes?	Diabetes 'I have diabetes.' 'Do you have diabetes?'
Ruido en el pecho Tengo ruido en el pecho ¿Tiene ruido en el pecho?	Wheeze 'I am (very) wheezy.' 'Are you wheezy?'

Antigripales	Flu remedy
Tomo antigripales	'I am taking a flu remedy.'
¿Esta tomando antigripales?	'Are you already taking a flu remedy?'
No debe tomar antibióticos.	'You must not take antibiotics.'
Le recomiendo la vacuna.	'I recommend the vaccine.'
¿Es usted inmunodeprimido?	'Are you immunodeficient?'
¿Es el/ella inmunodeprimido?	'Is he /she immunodeficient?'
Soy inmunodeprimido	'I am immunodeficient'.

4. PACIENTES CON SÍNDROME GRIPAL QUE DEBEN DERIVARSE AL MÉDICO

- Duración de la gripe: Los signos y síntomas de una gripe no complicada usualmente se resuelven en una semana, excepto la tos y la fatiga que puede prolongarse. Por ello, todo paciente con una gripe superior a los 5-7 días debe derivarse al médico.
- Indicadores de alarma:
 - Fiebre prolongada (más de 72 horas).
 - Presencia de los siguiente síntomas: Dificultad para respirar, malestar general excesivo (más allá de las mialgias propias de la gripe), vómitos o alguna erupción en la piel.
 - Empeoramiento de los síntomas, posterior a una mejoría inicial
 - Identificación de una focalización primordial de los síntomas, sobre todo en las vías respiratorias bajas, como dolor torácico intenso, expectoración productiva, ruidos respiratorios o disnea.
 - Pacientes con riesgo elevado de complicaciones: Asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, insuficiencia cardíaca, enfermedad coronaria, insuficiencia renal, diabetes, inmunodeprimidos, lactantes y ancianos.
 -

5. RECOMENDACIONES PARA EL TRATAMIENTO DEL SÍNDROME GRIPAL

5.1. Tratamiento farmacológico.

- Los analgésicos-antipiréticos, caso del paracetamol, y los analgésicos antiinflamatorios no esteroideos (AINES), caso del ibuprofeno, por vía oral pueden ser útiles para aliviar los síntomas generales, la fiebre, las mialgias y el dolor de cabeza. El ácido acetilsalicílico (AAS) se debe evitar en los menores de 18 años.
- Si el paciente está muy afectado por la rinorrea se puede administrar un antihistamínico, caso de la cetirizina o loratadina, por vía oral durante unos 3-5 días como máximo.

5.2. Tratamiento no farmacológico.

- Reposo e hidratación adecuada.
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable cuando se tosa o se estornude.

RECUERDE

- La gripe es una enfermedad viral que amenaza sobre todo a los pacientes más vulnerables. Por ello, la vacunación de dicha población es la principal medida preventiva.
- En la mayoría de la población no supondrá una amenaza grave a su salud.
- Una vez se ha adquirido la infección, las medidas terapéuticas deben estar orientadas al alivio de los síntomas.
- En caso de ser necesario, la recomendación del uso de vasoconstrictores nasales debe ser por 3-5 días máximo.
- Sin duda alguna la medida más eficaz para evitar las complicaciones de la enfermedad es la vacunación de los grupos de riesgo.
- Los mucolíticos no están indicados en la gripe.
- Los antibióticos no están indicados en la gripe no complicada.

6. BIBLIOGRAFIA

- **Protocolos de Indicación Farmacéutica y Criterios de Derivación al Médico en Síntomas Menores.** Ana Ocaña Arenas, Vicente Baos Vicente, Pedro Amariles Muñoz, Vicente Palop Larrea, Loreto Sáez-Benito Suescun, Ermengol Sempere Verdú, María José Faus Dáder, M^a Pilar Arroyo Aniés, Ramon Orueta Sanchez, Miguel Ángel Hernández Rodríguez, Caterina Vicens Caldentey, María Isabel Baena Parejo, Federico Plaza Piñol.

