



¡Que viene la gripe! Otro año vacunas sí, vacunas no

02/11/2017



Octubre, y todavía con calor, me cuesta entender que ya tengo que vacunarme de la gripe otra vez. Además, qué controvertido se está volviendo esto de las vacunas, gente a favor, gente en contra, cada vez me cuesta más explicar a mis pacientes y amigos la necesidad de vacunarse.

Lo cierto es que cuando yo terminé la carrera el calendario vacunal era muy diferente al actual, y no digamos si lo comparamos con las vacunas que a mí me pusieron de pequeño.

Creo que voy a actualizarme y voy a preguntar a alguien que sabe y que puede darme ideas de cómo enfocar este asunto, mi amigo Alejandro Cremades Bernabéu, enfermero de Salud Pública de Elda, que lleva más de 9 años coordinando las vacunas de todos los pueblos que están en la comarca dependientes de nuestra área sanitaria, o mejor, voy a que nos lo cuente a todos y así seguro lo entendemos mejor.

Hola Alejandro, otro año la gripe está cerca y otro

año que me he de vacunar, ¿por qué todos los años?

Hola Antonio, cuánto tiempo. Ojalá no fuera así pero me temo que, efectivamente, este año de nuevo tendremos otra epidemia de gripe, probablemente entre enero y febrero. El virus de la gripe es un experto en cambiar su forma, de manera que nuestro sistema de defensa, el sistema inmunitario, no sea capaz de identificarlo y atacarlo. Los investigadores están trabajando en vacunas que puedan servir para muchos años o para siempre, pero me temo que tardarán unos cuantos años en conseguirlo. No olvides que las medidas de higiene como utilizar pañuelos desechables, lavarse frecuentemente las manos, evitar contacto con personas enfermas y en sitios cerrados... son muy importantes. Pero, antes de que llegue, la única forma de entrenar a nuestro sistema de defensa para evitar que, si nos encontramos con el virus, este no nos produzca una gripe de las de recordar es, sin duda, vacunarse.

Habrás que esperar a que ninguna persona la sufra y se acabó.

No creas, la gripe, a diferencia de otros virus para los que tenemos vacunas, puede afectar a otros animales, es lo que llamamos una zoonosis. ¿Recuerdas la gripe aviar o porcina?, se podría adaptar, infectar y hacer enfermar a humanos, es algo más complicado de lo que parece.

Pero ¿siempre es efectiva? Yo me acatarro todos los años, ¡y me vacuno! Eso les pasa a mis pacientes y a veces me es difícil que lo entiendan.

Hablamos de cosas distintas. Una gripe no es un catarro y, por lo tanto, la vacuna de la gripe no va a evitar que podamos pasar constipados en invierno. La vacuna de la gripe solo evita que pases la gripe y, además, las vacunas que utilizamos, nunca, y digo nunca, pueden provocar una gripe porque no son vacunas de virus vivos.

La efectividad de la vacuna depende de varios factores como la edad de la persona, que el tipo de virus utilizado para hacer la vacuna este año sea igual o muy parecido al que venga con la epidemia, el estado de salud de la persona...

Pero lo realmente importante para nosotros es la efectividad para evitar los casos más graves, aquellos que acaban yendo al hospital y, para esto, la vacuna evita hasta 7 de cada 10 casos. No olvides que, en la Comunidad Valenciana, esta enfermedad manda al hospital entre 400 y 600 personas cada año y que, en España, muere más gente por gripe que por accidentes de tráfico, por ejemplo.

¡Más que los accidentes de tráfico! Con la de gente que conocemos que pasan la gripe y no se muere parece difícil de creer, será porque dependiendo de a quien le toque tiene más riesgo que otros ¿no?

Fíjate, esto es curioso e importante de entender porque hablamos de "grupos de riesgo", es decir, de personas para las que pasar la gripe puede ser un serio problema.

Resulta que la mayor parte de los casos son en niños en edad escolar porque su sistema de defensa aún no ha tenido tiempo para aprender a protegerse de la gripe. Ya tendrá oportunidad de conocer varios tipos de virus de la gripe para aprender, y los casos de personas mayores cuyo sistema de defensa ya no está tan en forma como piensan, y los pacientes que sufren patologías que o bien alteran también las defensas, o que si se descompensan las consecuencias son graves como por ejemplo alguna enfermedad crónica del corazón, respiratoria/pulmón, renal (de los riñones), diabetes, obesidad...

8 de cada 10 personas que acaban en el hospital tras una gripe tienen alguna de estas enfermedades y, en la mayoría de los casos (7 de cada 10), ingresan por un problema añadido porque al pasar la gripe se complica con una neumonía, enfermedad para la que, por cierto, también hay vacunas.

Además, protegiendo y vacunando a las personas que rodean a los grupos con riesgo, disminuimos también las posibilidades de que se vean afectados y por lo tanto que las complicaciones aparezcan: cuidadores, familiares, sanitarios, embarazadas que por los cambios en las defensas que sufren en su estado son más sensibles o transmitirla al bebé en los 2-3 primeros meses, que aún no tienen las defensas desarrolladas. A estas últimas, la vacuna les protege a ellas y a su bebe porque les pueden pasar defensas por el cordón umbilical...

También nos dicen algunos que lo pasaron mal tras vacunarse algún año. En estos casos debemos tener en cuenta que es una época en la que a veces pueden coincidir la vacuna y un catarro y le echamos la culpa a la vacuna y, por otra parte, debemos entender que el "entrenamiento" de nuestras defensas frente a lo que puede venir puede cursar en ocasiones, con algo de fiebre, dolores de cabeza y musculares... Y yo me pregunto, si con una reacción de nuestras defensas a pequeña escala por este "entrenamiento" nos encontramos mal, ¿cómo nos afectará la enfermedad real si se cruza en nuestro camino dentro de un par de meses?

CALENDARIO VACUNACIÓN INFANTIL 2017



2 MESES

Hepatitis B • Difteria • Tétanos
Tos Ferina • Poliomieltitis
Haemophilus influenzae Tipo B
Neumococo



15 MESES

Varicela



3-4 AÑOS

Sarampión • Rubeola
Parotiditis • Varicela



4 MESES

Hepatitis B • Difteria • Tétanos
Tos Ferina • Poliomieltitis
Haemophilus influenzae Tipo B
Neumococo • Meningococo C



6 AÑOS

Difteria • Tétanos
Tos Ferina • Poliomieltitis



11 MESES

Hepatitis B • Difteria • Tétanos
Tos Ferina • Poliomieltitis
Haemophilus influenzae Tipo B
Neumococo



12 AÑOS

Varicela • Meningococo C
Virus del Papiloma Humano



12 MESES

Sarampión • Rubeola
Parotiditis • Meningococo C



14 AÑOS

Difteria • Tétanos



Pues sí, la gripe parece que la tenemos más asimilada, pero lo cierto es que hay una gran variedad de vacunas actualmente, ¿todas funcionan igual?

Hay más de las que te imaginas. Hace ya tiempo que las vacunas no son solo cosa de niños como mucha gente piensa. Los adultos no estamos libres de algunas de las enfermedades para las que nos podemos proteger. Algunas personas nacieron antes de que existiesen y no están protegidas para muchas de estas enfermedades para las que hay vacunas.

A nuestros más pequeños, con las vacunas del calendario los estamos protegiendo frente a 13 enfermedades y, a muchos de ellos también los protegen sus padres frente a 2 enfermedades más para las que las vacunas no están financiadas, es decir, no las cubre la Conselleria de Sanitat y, por lo tanto, deben comprarlas en la farmacia para que se las pongan después en el centro de salud.

Algunas de estas vacunas también sirven para adultos como en el caso del tétanos, la hepatitis B o la vacuna frente al virus del papiloma humano, indicadas en función de determinados riesgos: profesión, conductas que aumentan el riesgo.

En los últimos años han aparecido más vacunas para adultos como la vacuna para el zoster (la culebrilla), para algunos tipos de meningitis, gripe, neumococo. También hay vacunas para enfermedades que no tenemos en nuestro país pero que se recomiendan a gente que va a viajar a otros países donde siguen existiendo estas

enfermedades como la polio, el tifus, algunas encefalitis, la rabia, el cólera, la fiebre amarilla... pero cuando se va a viajar a ciertos lugares estas vacunas deben ponerse en tiempo y forma adecuado para que cuando viajemos ya hayan hecho su efecto (para la mayoría tardamos entre 2 y 4 semanas en estar protegidos después de vacunarnos).

Yo me vacuné de pequeño y aun me acuerdo del colador en mi brazo, famosa viruela, yo creí que no necesitaría más, pero no es así ¿verdad?

Anda, entonces yo soy más joven que tú porque a mí ya no me hizo falta esa vacuna. La viruela es la primera, y hasta el momento, la única vacuna que fue erradicada del mundo. El último caso fue en el año 1977 y todo gracias a la vacuna, con la que pudimos acabar con esa terrible enfermedad. Esto significó que, después de asegurarnos de que ya no existía en ningún lugar del planeta, se pudo dejar de vacunar. Estamos cerca de conseguir lo mismo con la polio, una enfermedad que sabemos que ha causado enfermedad desde, al menos, el antiguo imperio egipcio, 1.400 años antes de cristo. A lo que me preguntas si necesitas más o no, hay vacunas que antes no existían que te pueden venir muy bien y, en algunos casos, también pueden hacer falta dosis de recuerdo.

Oye si dices que casi ya no hay polio, pero la vacuna sigue en el calendario, podemos dejarla ya. En el fondo todas las vacunas también tienen su riesgo Alejandro ¿No crees?

Como te decía, espero que pronto, pero hay que ser muy precavidos y asegurarse de que, efectivamente, ya no hay ni habrá casos porque recuerda que nosotros nos podemos olvidar de las enfermedades para las que tenemos vacunas, pero ellas no se olvidan de nosotros. Sigue habiendo algunos casos en países como Afganistán o Pakistán, muy pocos afortunadamente.

Hay otras enfermedades a las que la gente les ha perdido el miedo porque ya no son frecuentes, como el caso de la difteria que, desafortunadamente nos hizo abrir los ojos en el 2015 con el caso del niño de Olot que murió por esta enfermedad y que, por supuesto, no estaba vacunado. Pero hay otras enfermedades que también suponen un riesgo, y padres que por falta de una información fiable en la mayoría de los casos, tienen más miedo a los pocos y leves efectos adversos de las vacunas que a las consecuencias de las enfermedades que previenen. Es el caso, por ejemplo, del sarampión, del que estamos viendo muchísimos casos en países cercanos como Hungría, Italia o Francia, con miles de casos solo en el último año y 9 de cada 10 de estos casos en niños

que no habían sido vacunados o solo habían recibido una dosis.

Explícame lo de “una dosis”.

Es importante vacunar y de hacerlo de forma completa. En España también estamos teniendo ya casos, la mayoría en Cataluña, Navarra y Andalucía de momento, pero en este mundo global, lo que hoy pasa en Italia, mañana puede ser un problema en nuestra casa. Como dije antes hay vacunas que necesitan dosis de recuerdo periódicas, y otras que requieren desde el principio varias dosis separadas por un determinado tiempo para que su efecto sea completo.

Es triste que tenga que ser un juez el que obligue a vacunar a una población por brotes después de ver que la mayoría de niños está sin vacunar como ocurrió con el sarampión en el año 2009 en Granada donde hubo un importante brote en un colegio en el que 6 de cada 10 niños estaban sin vacunar, y muchos acabaron en el hospital por esa enfermedad “sin importancia”.

Cuando se vacunan la mayoría de los niños, no solo se protegen a ellos sino que también protegen indirectamente a aquellos que no pueden recibir la vacuna por algún motivo o aquellos en los que la vacuna no es eficaz. La vacunación es un hábito saludable y también altruista en muchos casos.

Hombre, dicho así, parece indiscutible la necesidad de vacunarse, pero luego teniendo en cuenta el brote de paperas en adulto que tuvimos este invierno y que afectó a chicos y chicas vacunados también podríamos darle la razón a los que piensan que no se deben vacunar, y que no es beneficioso, o no sirve para nada.

Efectivamente, este año pasado ha habido más casos de los que esperábamos, especialmente en aquellos chicos y chicas que recibieron alguna vacuna de triple vírica, que protege frente a sarampión, rubeola y parotiditis o paperas en los años 1994 o 1995. Se sabe que la vacuna que se utilizó esos años protegía correctamente frente a sarampión y rubeola, pero no lo hacía tan bien frente a parotiditis, por lo que estos chicos y chicas deberían ir a su centro de salud para recibir otra dosis de vacuna y asegurarse así de estar protegidos correctamente.

Afortunadamente, en nuestro país se vacunan la mayoría de los niños y, precisamente por esto hay que tener cuidado al pensar que muchos casos eran en chicos vacunados. No se puede decir que una vacuna no funcione, se comprobó que la enfermedad en aquellos en los que la vacuna no fue del todo efectiva fue menos

grave que en los no vacunados.

La verdad es que desde que yo acabé mi carrera, el mundo de las vacunas ha cambiado mucho, Virus de papiloma, meningococo... Tú que estás más al día que yo ¿En qué momento estamos? Supongo que lo nuevo será eficaz y seguro ¿o estamos experimentando aún?

En absoluto. Desde luego, se sigue investigando para descubrir nuevas vacunas, pero ten en cuenta que las vacunas se utilizan para prevenir enfermedades y, por lo tanto, se administran a personas que están sanas y muchas de ellas a niños, lo que obliga a que los controles de seguridad que tienen que superar sean muchísimo más rigurosos que para cualquier otro medicamento. No sería aceptable que la vacuna fuera peor que la enfermedad.

Dicen los expertos, y yo estoy de acuerdo que, después del agua potable, las vacunas son la medida que más ha influido en la reducción de la mortalidad en el mundo por lo que, en mi opinión, bienvenidas sean las vacunas, y ya te adelanto que, gracias a los avances en investigación médica, vamos a seguir teniendo nuevas vacunas. Nadie esperaba, al menos tan pronto, tener vacunas que, por ejemplo, pudieran evitar algún tipo de cáncer como el cáncer de cuello de útero y la vacuna del virus del papiloma está a punto de demostrarlo.

Entonces ¿crees que nos debemos de vacunar?

Espero que lo digas de broma. Por supuesto que sí, pero lo mejor es que te informes en caso de duda en tu centro de salud o en salud pública, donde trabajo y nos dedicamos a esto. De todas formas, si te parece bien, te voy a indicar algunas páginas de Internet donde puedes leer y aprender más sobre el tema si te interesa.

Enlaces de interés sobre vacunas:

[Dirección General de Salud Pública de la Comunidad Valenciana – vacunas.](#)

[Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad – vacunas.](#)

[Asociación española de vacunología.](#)

[Comité asesor de vacunas de la Asociación Española de Pediatría.](#)

[Centro para el control y prevención de enfermedades de Estados Unidos \(CDC\) – vacunas e inmunización en español](#)

Organización mundial de la salud – inmunización en español.

Video “Los beneficios de las vacunas”:

www.youtube.com/watch?v=gUA6zkJf8WA

Lectura recomendada:

En defensa de las vacunas de Carlos González