Gripe H5N1

Esta hoja trata sobre la gripe H5N1 en el embarazo y durante la lactancia. Esta información se basa en la literatura publicada disponible. No debe usarse como un sustituto de la atención médica o los consejos de su proveedor de atención de salud.

¿Qué es la gripe H5N1?

La gripe (influenza) es una infección del tracto respiratorio. La gripe es causada por un grupo de virus llamados virus de la influenza. La gripe H5N1 es causada por un virus de influenza aviar (de aves) que se encuentra principalmente en aves silvestres, aves de corral y vacas lecheras de Estados Unidos.

¿Cómo se contrae la gripe H5N1?

H5N1 puede transmitirse a los seres humanos a través de la exposición a animales infectados. Esto incluye el contacto con la saliva, la mucosidad, las heces y la leche de un animal infectado. Las personas pueden contraer la gripe H5N1 cuando el virus entra en contacto con los ojos, la nariz y la boca, o cuando lo inhalan. En estos momentos, no se considera que la mayoría de las personas corran un alto riesgo de contraer la gripe H5N1. Las personas que trabajan o tienen contacto cercano con animales o productos animales tienen mayor riesgo de estar expuestas a la gripe H1N1. La gripe H5N1 puede transmitirse de persona a persona, pero esto es poco común.

¿Cuáles son los síntomas de la gripe H5N1?

Los síntomas comunes de la gripe H5N1 incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores musculares o corporales, dolores de cabeza, fatiga, enrojecimiento de los ojos, falta de aliento o problemas para respirar. Los síntomas menos comunes incluyen diarrea, náuseas, vómitos o convulsiones. Un caso grave de gripe H5N1 puede ser mortal. Las mujeres embarazadas tienen más probabilidades de experimentar síntomas graves y morir que aquellas que no están embarazadas.

Las personas que creen que han estado expuestas a aves, otros animales o seres humanos infectados con H5N1 deben vigilar su salud para detectar síntomas respiratorios y enrojecimiento de los ojos durante 10 días después de la exposición. Cualquier persona que desarrolle síntomas después de la exposición al H5N1 debe solicitar atención médica inmediatamente. Es importante tratar la gripe H5N1 lo más pronto posible.

¿Cómo puedo proteger mi embarazo de la gripe H5N1?

Para ayudar a prevenir las infecciones por gripe H5N1, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan que las personas eviten la exposición a animales enfermos o muertos, incluidas aves silvestres, aves de corral, otras aves domésticas y otros animales domésticos y salvajes (incluidas las vacas). También se recomienda evitar la exposición a heces de animales, ropa de cama, basura, leche no pasteurizada (“cruda”) y materiales que hayan sido tocados o hayan estado cerca de animales infectados.

Las personas que entran en contacto con animales domésticos y salvajes (como trabajadores avícolas y ganaderos, personal veterinario, propietarios de bandadas de aves y personal de respuesta a emergencias) deben utilizar equipo de protección adecuado y evitar el contacto físico directo o la exposición cercana con animales o materiales infectados o potencialmente infectados. Se debe usar equipo de protección personal (EPP), como guantes desechables gruesos, ropa protectora y una mascarilla, cuando se esté en contacto o cerca de aves enfermas, ganado, otros animales, cadáveres de animales, heces, basura, leche cruda o superficies y agua que puedan estar contaminadas. Todos los miembros del personal deben usar EPP, independientemente de que estén embarazadas o no. El lavado de manos adecuado también es fundamental. Para obtener más información, visite la página de los CDC sobre cómo reducir el riesgo para las personas que trabajan con animales o están expuestas a ellos: https://espanol.cdc.gov/bird-flu/prevention/worker-protection-ppe.html. MotherToBaby también tiene una hoja informativa general sobre cómo trabajar como veterinario o técnico veterinario en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/veterinario-tecnico-veterinario/ y una hoja general sobre consejos de seguridad en el lugar de trabajo en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/peligros-en-la-salud-reproductiva-en-el-lugar-de-trabajo/.

Las aves, los huevos y la carne de res deben cocinarse a una temperatura interna segura para matar bacterias y virus.

No se espera que la leche pasteurizada y los alimentos elaborados con leche pasteurizada estén contaminados con la gripe H5N1. La leche “cruda” no pasteurizada y los productos lácteos no pasteurizados (como quesos blandos, helados y yogures) pueden estar contaminados con el virus H5N1 y otras bacterias. La pasteurización mata el virus H5N1.

¿Cómo puedo saber si estoy infectado con la gripe H5N1?

Si cree que está infectado con H5N1, busque atención médica lo antes posible. Un proveedor de atención médica puede solicitarle una prueba de laboratorio de H5N1. Las pruebas rápidas de detección de gripe que se venden sin receta no podrán diferenciar entre la gripe estacional y la gripe H5N1.

¿Qué debo hacer si creo que he sido infectado con la gripe H5N1?

Los CDC han recomendado que cualquier persona con gripe H5N1 presunta o confirmada reciba un tratamiento antiviral para H5N1 lo antes posible. La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que las mujeres embarazadas con diagnóstico sospechoso o confirmado de gripe H5N1 reciban tratamiento antiviral, independientemente de en qué etapa del embarazo se encuentren. Es importante que busque atención médica si cree que tiene la gripe H5N1. Debido al mayor riesgo de muerte en mujeres embarazadas que tienen gripe H5N1, los beneficios de la terapia antiviral superan cualquier riesgo potencial. No existe vacuna disponible contra la gripe H5N1.

MotherToBaby tiene una hoja informativa general sobre medicamentos antivirales para la gripe aquí: https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/medicamentos-antivirales-para-tratarprevenir-la-influenza-gripa/.

Tengo gripe H5N1. ¿Puede hacer que me resulte más difícil quedar embarazada?

No se sabe si la gripe H5N1 puede dificultar el embarazo.

¿Tener/contraer gripe H5N1 aumenta la probabilidad de un aborto espontáneo?

El aborto espontáneo es común y puede ocurrir en cualquier embarazo por muchas razones diferentes. Se desconoce si la gripe H5N1 puede aumentar la probabilidad de sufrir un aborto espontáneo. Se ha informado de abortos espontáneos en dos mujeres que tuvieron gripe H5N1. Es importante hablar con su proveedor de atención médica si está embarazada y tiene síntomas de la gripe H5N1 para recibir tratamiento.

¿Tener o contraer la gripe H5N1 aumenta el riesgo de tener defectos de nacimiento?

Cada embarazo comienza con un 3-5 % de probabilidad de tener un defecto de nacimiento. Esto se conoce como riesgo de fondo. Debido a que contraer la gripe por el virus H5N1 es poco común en los seres humanos, no se sabe si tener la gripe H5N1 aumenta el riesgo de defectos de nacimiento por encima del riesgo de fondo. Sin embargo, no se ha demostrado que otros tipos de virus de influenza causen defectos de nacimiento.

La fiebre es un posible síntoma de gripe H5N1. Una fiebre alta en el primer trimestre puede aumentar el riesgo de ciertos defectos de nacimiento. Se ha recomendado el acetaminofeno como una opción para reducir la fiebre durante el embarazo. Si tiene gripe H5N1 y presenta fiebre, hable con su proveedor de atención médica sobre la mejor manera de tratar la fiebre. Para obtener más información sobre la fiebre y el embarazo, consulte la hoja informativa de MotherToBaby sobre la hipertermia en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/la-hipertermia/ y una hoja informativa sobre el acetaminofeno aquí: https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/el-acetaminofen/.

¿Tener o contraer la gripe H5N1 aumentaría las probabilidades de sufrir otros problemas relacionados con el embarazo?

No se sabe si la gripe H5N1 puede causar parto prematuro (nacimiento antes de la semana 37) o bajo peso al nacer (peso inferior a 5 libras y 8 onzas [2500 gramos] al nacer). Se han notificado 2 casos de partos prematuros en mujeres que tenían el virus H5N1.

¿Se puede transmitir la gripe H5N1 al feto durante el embarazo o en el momento del parto?

Cuando una mujer embarazada transmite una infección al feto, se denomina transmisión vertical. Se ha informado de transmisión vertical de la gripe H5N1 durante el embarazo, pero se cree que es poco común. La transmisión vertical puede ocurrir en cualquier momento durante el embarazo, pero es más probable que ocurra cuando alguien contrae la infección cerca del parto.

¿Tener o contraer la gripe H5N1 durante el embarazo afecta el comportamiento o el aprendizaje futuro del niño?

No se han realizado estudios para determinar si la gripe H5N1 puede aumentar la probabilidad de problemas de comportamiento o aprendizaje en el niño.

Amamantamiento mientras tengo el virus H5N1:

Los CDC alientan a las mujeres a continuar amamantando o proporcionando leche materna a sus bebés incluso si tienen gripe. Hay anticuerpos en la leche materna que podrían ayudar a prevenir que el bebé se enferme de gripe. Las mujeres con gripe H5N1 pueden sentirse demasiado enfermas para amamantar. Los CDC recomiendan que las mujeres que amamantan y tienen gripe continúen extrayendo leche cuando sea posible. Una mujer con gripe puede tener una producción de leche materna menor de lo normal. No existen recomendaciones específicas para la gripe H5N1.

En caso de sufrir alguna enfermedad, es importante tratar de proteger a su bebé para que no se enferme. Lávese las manos con agua y jabón antes de sostener a su bebé. Evite toser o estornudar sobre el bebé. Cúbrase la boca/nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude, luego deseche el pañuelo y lávese las manos. Mientras esté enferma, es posible que desee considerar contar con alguien que no esté enfermo para que la ayude a cuidar a su bebé. Los CDC tienen más información sobre la gripe y la lactancia materna en https://www.cdc.gov/breastfeeding-special-circumstances/hcp/illnesses-conditions/flu.html (en inglés). Si cree que su bebé tiene síntomas de gripe H5N1, comuníquese con el proveedor de atención médica de su hijo. Asegúrese de hablar con su proveedor de atención de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia.

Si un hombre tiene gripe H5N1, ¿puede ser más difícil embarazar a su pareja o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento?

Las enfermedades que causan fiebre, como la gripe H5N1, pueden provocar una reducción temporal en el movimiento o la cantidad de espermatozoides, lo que podría dificultar dejar embarazada a una mujer durante ese tiempo. Es posible que no se recomiende el contacto cercano si tiene gripe H5N1 para tratar de evitar contagiar esta enfermedad a su pareja. En general, sin embargo, es poco probable que la exposición de los padres o donantes de esperma aumente el riesgo de embarazo. Para obtener más información, lea la hoja informativa sobre las exposiciones paternas en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/exposiciones-paternas/.

Haga clic **aquí** para acceder a las referencias.

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 16 de mayo de 2025.