Las 10 claves del dengue

Sin mosquito, no hay dengue. Eliminar el mosquito es la clave para evitar la diseminación de la enfermedad viral más importante de la región transmitida por este insecto. Aquí, una guía para conocer mejor y prevenir el dengue.

TEXTO: CONSTANZA GECHTER

1. LA ENFERMEDAD NO SE TRANSMITE DIRECTAMENTE DE UNA PERSONA A OTRA

El dengue es una enfermedad causada por un virus que se transmite solamente a través de la picadura del mosquito *Aedes aegypti*. La enfermedad se transmite cuando la hembra del mosquito se alimenta con sangre de una persona enferma y pica a otra persona sana. Por eso, sin mosquito no hay enfermedad.

2. UNA CADENA PERPETUA

Cuando un mosquito infectado pica a una persona, el virus permanece en la sangre durante 5 días. Esto coincide con los primeros síntomas de la enfermedad. Durante este tiempo, si la persona es picada nuevamente por otro mosquito, le transmite a éste el virus y la cadena se perpetúa. Este mosquito permanece infectado durante toda su vida (que puede ser hasta 30 días) y así puede seguir transmitiendo la enfermedad cada vez que pica al hombre. Como no hay manera de saber si un mosquito transporta o no el virus del dengue –de rutina no se realizan estudios para detectar la presencia del virus en el mosquito–, la gente debe tratar de evitar toda clase de picaduras.

3. LA HEMBRA, UNA PICADORA TENAZ

El mosquito que transmite el dengue es un insecto pequeño, de color oscuro con rayas blancas en el dorso y en las patas, que emite un resplandor plateado, según la incidencia de la luz sobre su cuerpo. Tiene hábitos diurnos, se muestra activo a media mañana y poco antes de oscurecer. Sus hábitos son domésticos y su costumbre es seguir a las personas en sus desplazamientos. Elige habitar tanto en áreas interiores o exteriores de las casas o departamentos, especialmente en lugares frescos y oscuros. Su alimentación, como la de otros insectos de su especie, consiste en néctar y jugos vegetales, pero además, la hembra pica a cualquier organismo vivo que tenga sangre caliente, ya que después del apareamiento necesita sangre para la maduración de sus huevos. Como por lo general el *Aedes aegypti* vive unas pocas semanas, no suelen alejarse de su criadero más de 50 m durante su vida. Por lo tanto, ¡el mosquito que pica es el mismo que se ha criado dentro de la vivienda!

4. PREFIEREN EL AGUA PARA DESOVAR

La hembra busca recipientes sombreados con agua limpia y calma para dejar sus huevos. Lo hace en domicilios y en los que se llama peridomicilios de viviendas (floreros, macetas, bebederos, baldes, charcos, cubiertas viejas, etc.), cementerios, lugares de cría de animales, fuentes ornamentales de parques, letrinas, pozos o construcciones abandonadas.
Sus desoves son de 100 a 300 huevos, dos a tres días después de alimentarse con sangre. Los deposita en la pared del recipiente, en una zona húmeda y sobre el agua. Luego, en contacto con el agua, los huevos empiezan a desarrollarse y pasan al estado de larvas. Éstas viven y evolucionan en el agua durante un período de 5 a 10 días, pasan después al estado de pupa y se convierten en mosquitos. Un día después de nacer, ya pueden procrear.

5. LOS SÍNTOMAS DEL DENGUE PUEDEN CONFUNDIRSE CON LOS DE OTRAS ENFERMEDADES,

por lo que se debe consultar al médico enseguida. Aunque puede comenzar súbitamente, la enfermedad se incuba de 5 a 6 días después de la picadura. Los síntomas incluyen fiebre alta, dolor de cabeza severo, y dolores en músculos y articulaciones. Por eso la llaman a veces "fiebre quebrantahuesos". Puede aparecer erupción de la piel de 3 a 4 días después de que comienza la fiebre, y esparcirse por el torso hacia los brazos, piernas y cara. Estos síntomas no suelen durar más de 7 días.

CON LOS CHICOS CONTRA EL DENGUE

Jugá con tus hijos y hacé de tu casa un lugar libre de mosquitos. Te acercamos ideas para jugar con tus hijos y ayudarlos a tomar conciencia de manera divertida.

LOS JARDINEROS MÁS ATENTOS DEL MUNDO
Pedile a tus hijos que rieguen las plantas que están en macetas. Cuando finalicen, dales una lupa para ver si se junta agua en los platos de las macetas, para que los vacíen y los limpien con lavandina.

MENSAJE PARA LOS NIÑOS: renová el agua de las canaletas, floreros y bebederos de animales, al menos cada tres días.

LOS GUARDIANES DEL ORDEN
Fabricá un chaleco identificador y nombrá a tus hijos como "Guardianes del orden". Su misión será la de recoger todos los juguetes que queden tirados y que pueden ser criaderos de mosquitos. Así evitamos que se críen las larvas.

FUENTE: AYUDÍN

Los síntomas de alarma, que hacen sospechar complicaciones, son:

- Dolor abdominal continuo o intenso.
- Vómitos persistentes y abundantes.
- Agitación o letargo.
- Descenso brusco de la temperatura (a veces hipotermia) asociado a debilidad extrema y/o lipotimia.

Generalmente no es grave. Sólo cuando evoluciona a dengue hemorrágico, situación poco frecuente, puede ser fatal.

6.

EXISTEN 4 SEROTIPOS O VARIANTES DIFERENTES DE VIRUS (DEN-1, DEN-2, DEN-3, DEN-4). La infección con un serotipo proporciona al individuo inmunidad específica de por vida contra esa variedad del virus, así como inmunidad contra otros serotipos sólo por unos meses.

7.

NO HAY VACUNA DISPONIBLE CONTRA EL DENGUE, ni medicamentos específicos para su tratamiento. Los médicos indican a los pacientes que ingieran líquidos frecuentemente para mantenerse hidratados, y utilizan paracetamol como antitérmico. No se recomienda el uso de aspirina, ya que disminuye la capacidad de coagulación de la sangre. Los casos severos requieren tratamiento con líquidos intravenosos.

8.

ESTA ENFERMEDAD SE PRESENTA DESDE HACE MÁS DE 10 AÑOS EN NUESTRO PAÍS, pero en 2009 la Argentina tuvo la epidemia de dengue con mayor número de casos registrados. El dengue se presenta como brotes epidémicos, de noviembre a mayo, en relación con brotes en países limítrofes. El mosquito se distribuye desde el Norte del país hasta las provincias de Buenos Aires, La Pampa y Mendoza. Sin embargo, no se contraindica viajar a ningún destino en el país.

SE TRATA DE UNA ENFERMEDAD EN EXPANSIÓN, POR VARIOS MOTIVOS:

- **Incremento del turismo y viajes en general**, que permite que una persona se contagie en un lugar y, al volver a su sitio de origen, transporte la enfermedad. En caso de ser picado por el vector, se convierte en un foco de difusión.
- **Aumento global de la temperatura**, lo cual ha incrementado el área potencial del insecto. Existen estudios que relacionan el fenómeno climático de El Niño con un aumento de la incidencia de la enfermedad.
- **Problemas de miseria,** que condicionan hábitos de higiene, pocas campañas de prevención y menores servicios de salud.

10.

UN FACTOR CLAVE ES IMPEDIR LA PRESENCIA DEL MOSQUITO TRANSMISOR EN LAS CASAS Y SUS ENTORNOS Como la eliminación total es muy poco probable, hay que controlar sus criaderos. Por eso, para prevenir el dengue se deben evitar los recipientes que contengan agua estancada, tanto dentro como fuera de la casa.

- Renovar el agua de floreros y bebederos de animales día por medio.
- Desechar todos los objetos inservibles que estén al aire libre y en los que se pueda acumular agua (latas, botellas, neumáticos, juguetes).
- Colocar boca abajo los recipientes que no estén en uso: baldes, frascos, tachos y macetas.
- Limpiar las canaletas y desagües pluviales de la casa.
- Colocar mosquiteros o telas metálicas en las aberturas de las viviendas o sobre las camas.
- Aplicar repelente en aerosol, crema o líquido en las partes del cuerpo no cubiertas por la ropa. Un repelente efectivo contiene entre 25% a 50% DEET (N,N-diethyl-m-toluamida).
- Utilizar espirales, pastillas o líquidos repelentes.
- Usar camisas de manga larga y pantalones largos siempre en ambientes exteriores.
- Rociar con un insecticida la habitación antes de la hora de acostarse.

Fuentes consultadas:

- Dra. Alejandra Macchi: coordinadora médica Medicina del Viajero y Centros Médicos Dr. Stamboulian.
- www.medicinayprevencion.com
- Facultad de Ciencias Agrarias de la Universidad Nacional de Rosario, Cátedra de Biología.
- Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires: 0800-999-2727.
- Organización Panamericana de la Salud: www.who.int