

SANITAT SALUT PÚBLICA

# El virus de la grip irromp al nord de la Península

País Basc i Cantàbria activen els plans de contingència || El nivell epidèmic s'espera quan finalitzin les vacances

AGÈNCIES

**LLEIDA** | El virus de la grip ha començat a estendre's aquesta temporada pel nord d'Espanya, segons les últimes dades de la xarxa de vigilància que coordina l'Institut de Salut Carlos III, amb una incidència més elevada al País Basc i Cantàbria. Al territori basc s'han registrat 97,4 malalts per 100.000 habitants i al càntabre, 90,2, una taxa molt superior als 35,8 de mitjana espanyola i als 55,5 a partir dels quals es considera a Espanya que el virus ha arribat nivell epidèmic. El pitjor, tanmateix, s'espera a partir de la setmana que ve, quan finalitzin les vacances nadalenques i la probabilitat de contagi es dispari en col·legis i centres de treball.

En les primeres pistes que deixa l'epidèmia a Euskadi, la porta per on ha entrat aquest any a la Península, els especialistes no detecten de moment cap tret excepcional. Segons l'informe que recull dades de l'última setmana del 2018, el nivell d'intensitat de la grip a Espanya és baix i la difusió és encara nul·la o esporàdica a la major part del territori. Després de País Basc, Cantàbria i Melilla, les comunitats per les quals comença a estendre's és País Valencià, Madrid i Navarra.

### ARRIBA LA GRIP

La grip és una malaltia vírica del sistema respiratori que s'activa en ambients freds.




#### EL CONTAGI

- 1 Entra en contacte amb el malalt o material contaminat
- 2 S'introdueix a l'organisme sa per nas i boca
- 3 El període d'incubació és d'uns dos dies
- 4 Apareixen els símptomes de la malaltia (febre, tos, mucositat, mal de cap)



Font: M. de Sanitat / Elab. pròpia

#### PRINCIPALS GRUPS DE RISC

-  **Majors de 65 anys** i ingressats en residències d'ancians
-  **Malalts crònics** de qualsevol edat
-  **Nens menors de 2 anys** i adults amb **malalties cardiovasculars** o pulmonars
-  Aquells que **atenen o cuiden** persones d'alt risc
-  **Dones embarassades** (a partir del segon trimestre d'embaràs)

#### MESURES DE PREVENCIÓ

- Extremar la higiene:** rentar-se les mans freqüentment
- Tapar-se la boca** a l'esternudar o tossir, per evitar encomanar-ho a un altre
- Mantenir la casa desinfectada i neta,** especialment si hi ha una persona malalta
- Vacunar-se,** sobretot les persones que entren en grups de risc
- Ventilar la llar** durant 10 minuts per renovar l'aire

Infografia: INFOGRÁFIKA DISEÑO Y COMUNICACIÓN