



Gripe y diabetes

¿Qué es la gripe y qué síntomas produce?

[La gripe](#) es una infección vírica muy contagiosa que ocurre todos los años de forma epidémica durante los meses invernales. Se transmite de persona a persona mediante las secreciones respiratorias.

La gripe se suele manifestar con el inicio súbito de dolor de garganta, tos, mocos, fiebre, dolores en el cuerpo y de cabeza. Otras veces puede parecer un simple o bien presentarse solo con fiebre alta (lo que suele ocurrir principalmente en los niños menores de 1 año).

¿Cómo afecta la gripe a los niños con diabetes?

Las personas con [diabetes](#), incluso cuando están bien controladas, tienen un mayor riesgo de presentar complicaciones graves por la gripe.

La diabetes puede hacer que se altere el sistema inmunológico, sobre todo si hay un mal control metabólico, disminuyendo las defensas y por tanto aumentando la susceptibilidad para las infecciones, por lo que son más frecuentes las complicaciones de la gripe, como las neumonías o las otitis.

Además, la gripe es una enfermedad que puede producir una descompensación metabólica. Por un lado, la infección en sí produce un estado transitorio de resistencia a la insulina que puede elevar la glucosa (azúcar) en sangre, precisando mayores dosis de insulina para un buen control glucémico, pero, por otro, a veces el niño cuando padece la gripe se siente mal y con poco apetito, por lo que puede ser más difícil conseguir un buen control de las cifras de glucosa.

¿Es aconsejable vacunar de la gripe a los niños que tienen diabetes?

Sí. ¡Es muy importante prevenir! Por todo lo anterior, la [vacunación anual contra la gripe](#) es de gran importancia en los niños con diabetes para prevenir la enfermedad y la posible descompensación metabólica producida por ella.

La vacuna está autorizada a partir de los 6 meses de vida, con una dosis administrada de forma anual. El primer año, si el niño tiene menos de 9 años, se deben administrar 2 dosis con 1 mes de intervalo mínimo entre ellas.

La vacunación se realiza en nuestro medio anualmente (ya que el virus de la gripe tiene la facilidad de cambiar o mutar cada año) a partir del mes de octubre.

¿Hay alguna medida complementaria que se pueda realizar en los niños que tienen diabetes?

No se deben olvidar otras medidas: mantener un buen control metabólico y, por supuesto, medidas de higiene con lavado de manos frecuente, buena aireación de los espacios, evitar la exposición al humo del tabaco y el contacto con personas con gripe y recordar que se debe estornudar o toser tapando la boca con el codo.

Artículo publicado el 30-10-2019, revisado por última vez el 23-10-2019

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/prevencion/gripe-diabetes>