

# Protéjase contra la gripe

La forma más efectiva de ayudar a prevenir la propagación de la gripe es que todos se vacunen anualmente.



Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) estiman que hubo al menos 26 millones de enfermedades, 290 000 hospitalizaciones y 19 000 muertes por influenza, incluidas 154 muertes pediátricas por influenza.<sup>1</sup> Los CDC también afirman que las personas vacunadas contra la gripe tienen entre un 40% y un 70% menos de probabilidades de ser hospitalizadas por gripe o complicaciones relacionadas.<sup>2</sup> La vacuna contra la gripe se recomienda para todas las personas de seis meses en adelante.

## Cinco Motivos Para Vacunarse Contra La Gripe

- 1 Lo que toque puede hacerle daño.** El virus de la gripe puede propagarse un día antes de que una persona tenga síntomas y hasta una semana después de enfermarse. Aunque comúnmente se propaga cuando una persona infectada habla, tose o estornuda alrededor de otros, el virus de la gripe también se puede transferir a través del contacto con superficies contaminadas como teléfonos, escritorios o manijas de puertas.<sup>3</sup>
- 2 Puede ser que usted no tenga síntomas, pero otros sí.** Entre el veinte y el treinta por ciento de las personas portadoras del virus de la gripe nunca experimentan síntomas gripales, pero aun así pueden transmitir el virus a otras personas, que quizá no tengan tanta suerte.<sup>4</sup>
- 3 La vacuna contra la gripe no causa la gripe.** Los anticuerpos que protegen contra la gripe tardan dos semanas en desarrollarse en el organismo; por lo tanto, durante esas dos semanas, aún podría contraer la gripe.<sup>5</sup>
- 4 Puede salvar vidas en más de una forma.** La vacuna de la gripe protege contra el virus potencialmente mortal, pero un estudio también descubrió que los adultos tenían seis veces más probabilidades de sufrir un ataque al corazón la semana siguiente al diagnóstico de gripe.<sup>6</sup>
- 5 Es necesario vacunarse contra la gripe todos los años.** El virus de la gripe cambia cada año, y la protección inmunitaria de la vacuna disminuye con el tiempo. Vacunarse cada año ayuda a garantizar la inmunidad frente a las cepas con más probabilidades de provocar un brote.<sup>4</sup>

## Lo que debe saber sobre la temporada de gripe 2023-2024



Si bien septiembre y octubre siguen siendo los mejores meses para que la mayoría se vacune, este año, **la vacunación temprana en julio y agosto debe considerarse para los siguientes grupos:**

- ✓ Adultos (65+ años) y mujeres embarazadas en el primer y segundo trimestre **SOLO SI** la vacunación no es posible en septiembre u octubre.
- ✓ Mujeres embarazadas en su tercer trimestre para proteger a sus bebés de la gripe después del nacimiento cuando son demasiado pequeños para vacunarse.
- ✓ Niños que necesitan dos dosis de la vacuna contra la influenza deben recibir su primera dosis de la vacuna tan pronto como esté disponible. La segunda dosis debe administrarse al menos cuatro semanas después.
- ✓ Niños que tienen visitas de atención médica durante julio y agosto si no hay otra oportunidad de vacunarlos.



Habrà un componente actualizado de influenza A(H1N1)pdm09 en las vacunas contra la influenza.



El Comité Asesor sobre Prácticas de Inmunización (ACIP) de los CDC votó que las personas con alergia al huevo pueden recibir cualquier vacuna contra la influenza (a base de huevo o sin huevo) siempre que sea apropiada para su edad y estado de salud. No son necesarias medidas de seguridad adicionales.



Para más información sobre la gripe o sobre la vacuna, visite <https://www.cdc.gov/flu/>.

1. Información sobre la gripe, Mayo 30, 023, <https://www.familiesfightingflu.org/flu-season-2022-2023-in-review/>  
2. 2023-2024 CDC Recomendaciones de vacunación contra la gripe, <https://www.cdc.gov/flu/spotlights/2022-2023/flu-vaccination-recommendations-adopted.htm>  
3. Cómo se contagia la gripe, Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/flu/about/disease/spread.htm#>  
4. Harvard Health Publishing (2020). 10 mitos sobre la gripe. <https://www.health.harvard.edu/diseases-and-conditions/10-flu-myths>  
5. Vacuna estacional contra la gripe; CDC, <https://www.cdc.gov/flu/prevent/flushot.htm#>  
6. AARP (2022) 4 Sorprendentes beneficios de la vacuna contra la gripe <https://www.aarp.org/health/conditions-treatments/info-2022/flu-shot-benefits.html>