



HOJA INFORMATIVA

Lo que todos deben saber acerca de la gripe (*flu*) y la vacuna contra la gripe

¿Qué es la gripe?

La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa, causada por los virus de la gripe. La enfermedad puede variar de leve a grave e incluso provocar la muerte en ciertos casos. La mejor manera de prevenir la gripe es vacunándose contra la gripe cada otoño.

Todos los años en los Estados Unidos, en promedio:

- entre el 5% y el 20% de la población contrae gripe;
- más de 200,000 personas son hospitalizadas por complicaciones de la gripe; y
- aproximadamente 36,000 personas mueren a causa de la gripe.

Algunas personas enfrentan mayores riesgos de complicaciones serias a causa de la gripe; entre ellas se encuentran las de edad avanzada, los niños de poca edad y las personas que padecen ciertas afecciones de salud, incluyendo el embarazo.

Síntomas y complicaciones de la gripe

Los síntomas de gripe incluyen:

- fiebre (por lo general alta),
- dolor de cabeza
- cansancio extremo,
- tos seca,
- dolor de garganta,
- secreción o congestión nasal, y
- dolores musculares
- Los síntomas gastrointestinales, tales como náusea, vómito y diarrea, se presentan con más frecuencia entre los niños que entre los adultos.

Algunas de las **complicaciones** causadas por la gripe incluyen la neumonía bacteriana, la deshidratación y el empeoramiento de enfermedades crónicas, tales como la insuficiencia cardíaca congestiva, el asma y la diabetes. Los niños pueden contraer sinusitis e infección de oídos.

Modo de propagación de la gripe

La gripe se propaga a través de gotitas respiratorias que son liberadas al toser y al estornudar. Suele propagarse de persona a persona; sin embargo, en ocasiones, es posible que una persona se infecte al tocar algo que contiene el virus y luego se toque la boca o la nariz.

Los adultos pueden infectar a otras personas un día **antes** de que se presenten los síntomas hasta 7 días **después** de contraer la enfermedad. **Esto significa que usted puede transmitir la gripe a otra persona tanto antes de que se entere de que está enfermo como durante la enfermedad misma.**

Cómo prevenir la gripe

La mejor manera de prevenir la gripe es vacunándose contra la gripe cada otoño. También hay algunas buenas costumbres sanitarias que pueden ayudar a prevenir la gripe ([vea más adelante](#)). Además, se pueden tomar medicinas antivirales para prevenir la gripe. (Para más información, consulte "Administración de fármacos antivirales contra la gripe" [www.cdc.gov/flu/protect/antiviral/espanol].)

6 de octubre de 2004

Página 1 de 3

Lo que todos deben saber acerca de la gripe (flu) y la vacuna contra la gripe

(continuación de la página anterior)

Vacuna contra la gripe

Existen dos tipos de vacunas:

- La vacuna contra la gripe administrada mediante inyección, que es una vacuna inactivada, (elaborada con virus muertos). **Este tipo de vacuna** es recomendada para personas de más de 6 meses de edad, tanto las sanas como aquellas con afecciones médicas crónicas.
- La vacuna contra la gripe de aplicación mediante atomizador nasal. Esta vacuna es elaborada con virus vivos debilitados que no causan gripe (algunas veces denominada vacuna viva atenuada o, LAIV, por sus siglas en inglés). El uso de la LAIV está aprobado para personas sanas de edades comprendidas entre los 5 y 49 años, no embarazadas.

Aproximadamente dos semanas después de la aplicación de la vacuna, el organismo comienza a producir anticuerpos que lo protegen contra la infección por el virus de la gripe.

Período de vacunación

El mes de octubre o noviembre es el mejor momento para vacunarse, pero también puede hacerlo en diciembre o más tarde. La temporada de la gripe puede comenzar en octubre y durar hasta finales de mayo.

¿Quién debe vacunarse?

Debido a una reducción en la producción de las vacunas contra la gripe disponibles para esta temporada, los CDC recomiendan que se dé prioridad a ciertas personas. Las personas que están en los siguientes grupos deben vacunarse esta temporada:

- todos los niños de 6 a 23 meses de edad;
- adultos de 65 años en adelante;
- personas de 2 a 64 años de edad con algún tipo de afección médica crónica subyacente;
- todas las mujeres que estarán embarazadas durante la temporada de la gripe;
- residentes de asilos para ancianos y de otras instalaciones de cuidado a largo plazo;
- niños de 6 meses a 18 años de edad que estén siguiendo una terapia crónica con aspirina;
- empleados en el área de salud que trabajen directamente en el cuidado de pacientes; y
- encargados del cuidado a domicilio y personas que vivan con niños menores de 6 meses de edad

Éstas son personas que están expuestas a un alto riesgo de complicaciones serias relacionadas con la gripe o que están en contacto con personas expuestas a un alto riesgo de sufrir este tipo de complicaciones.

Se les pide a las personas que no están incluidas en uno de los grupos de prioridad mencionados anteriormente que no se vacunen o que retrasen su vacunación debido a la problemática en el abastecimiento de vacunas.

Los que no deben vacunarse

Algunas personas no deben vacunarse. Estas personas incluyen:

- Las que sufren de fuerte alergia a los huevos de gallina.
- Las que en el pasado han tenido una fuerte reacción a la vacuna contra la gripe.
- Las que anteriormente desarrollaron el síndrome de Guillain-Barré (GBS, por sus siglas en inglés) en menos de 6 semanas de haber recibido la vacuna contra la gripe.
- Los niños menores de 6 meses de edad.
- Las personas que están enfermas y tienen fiebre. (Estas personas pueden recibir la vacuna una vez que se hayan disipado los síntomas).

Lo que todos deben saber acerca de la gripe (flu) y la vacuna contra la gripe (continuación de la página anterior)

Otras buenas costumbres sanitarias

- **Evite el contacto cercano con otras personas.**
Evite acercarse a personas enfermas. Si se enferma, aléjese de las otras personas para protegerlas y evitar que ellas también se enfermen.
- **Quédese en casa si está enfermo.**
Si es posible, quédese en casa y no vaya al trabajo, escuela o a lugares públicos si está enfermo. Ayudará a evitar que otros se enfermen también.
- **Cúbrase la boca y la nariz.**
Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude. Esto puede evitar que quienes estén cerca de usted se enfermen.
- **Lávese las manos.**
El lavarse las manos a menudo lo ayudará a protegerse contra los gérmenes.
- **Trate de no tocarse los ojos, la nariz ni la boca.**
Con frecuencia, los gérmenes se propagan cuando una persona toca algo contaminado con esos gérmenes y luego se toca los ojos, la nariz o la boca.

Para más información, visite www.cdc.gov/flu/espanol, o llame a la National Immunization Hotline (Línea de Vacunación contra la Gripe) al (800) 232-0233 (español), (800) 232-2522 (inglés), ó (800) 243-7889 (TTY).

6 de octubre de 2004

Página 3 de 3