

# ¡VACÚNESE Y EVITE CONTRAER LA GRIPE!



¡Protéjase de contraer la gripe esta temporada y vacúnese contra la gripe! La vacuna contra la gripe se actualiza todos los años para proteger contra los tipos de gripe que se espera que sean los más comunes.

Puede vacunarse con su proveedor de atención primaria o en un centro de salud, farmacia o atención de urgencia. Algunos lugares requieren citas, así que llame con anticipación si es posible.

## PREGUNTAS COMUNES SOBRE LAS VACUNAS CONTRA LA GRIPE

### ¿La vacuna contra la gripe puede causar gripe?

No, no es posible que la vacuna contra la gripe cause gripe. Si tiene síntomas de gripe después de la vacuna, podrían ser efectos secundarios comunes, como dolor de cabeza, fiebre, náuseas o dolores musculares, y solo deberían durar 1 o 2 días. Si se enferma de gripe poco después de recibir la vacuna contra la gripe, se debe a que estuvo expuesto al virus de la gripe recientemente y la vacuna no tuvo tiempo suficiente para protegerlo de la enfermedad esta vez.

Hay dos tipos de vacunas contra la gripe, una hecha con virus de la gripe "inactivado" o muerto y otra hecha con virus "debilitado" o vivo. Ambos tipos crean protección contra el virus de la gripe, pero las vacunas están hechas de manera que no pueden infectarlo con dicho virus.

### ¿Por qué algunas personas tienen efectos secundarios debido a la vacuna?

El sistema inmunitario de todos es único, por lo que algunas personas tienen efectos secundarios normales de la vacuna contra la gripe y otras no tienen ningún efecto secundario. En ambos casos, su cuerpo está creando protección contra el virus de la gripe.

### Todavía puede contraer la gripe incluso después de recibir la vacuna contra la gripe, entonces, ¿cuál es el punto de vacunarse?

Todos los años, la vacuna contra la gripe se actualiza para proteger contra los tipos de virus de la gripe que se espera que sean los más comunes ese año. Sin embargo, varios tipos de virus de la gripe circulan todo el tiempo. Esta es la razón por la cual las personas aún pueden contraer la gripe a pesar de que se vacunaron.

Aunque la vacuna contra la gripe no previene todos los casos de gripe, vacunarse contra la gripe es la mejor manera de reducir la probabilidad de una enfermedad grave. Recibir la vacuna contra la gripe también podría hacer que su enfermedad sea más leve si contrae la gripe. Además, cuantas más personas se vacunen contra la gripe, menos gripe se propagará en la comunidad.

### Estoy sano y nunca he tenido gripe. ¿Por qué debo vacunarme contra la gripe?

Incluso las personas sanas pueden contraer la gripe. La mayoría se recupera en unas pocas semanas, pero algunas personas pueden desarrollar complicaciones como infecciones de los senos paranasales y del oído, neumonía e inflamaciones del corazón o del cerebro. Hasta 56.000 muertes ocurren cada año debido a la gripe.

### ¿Es seguro que las personas embarazadas se vacunen contra la gripe?

Es esencial que las personas embarazadas se vacunen contra la gripe, ya que sus sistemas inmunológicos son más débiles de lo normal. Un estudio de 2018 mostró que vacunarse contra la gripe redujo en un 40 % el riesgo de que una persona embarazada sea hospitalizada debido a la gripe. La vacuna inactivada contra la gripe es segura en cualquier etapa del embarazo y protege tanto a los padres como al bebé antes y después del nacimiento.

### Si no me vacuno contra la gripe antes del invierno, ¿es demasiado tarde?

Los virus de la gripe generalmente se propagan en otoño e invierno. La mayoría de los casos de gripe ocurren entre diciembre y febrero. Todavía es posible contraer la gripe incluso en la primavera. Colóquese su vacuna contra la gripe lo antes posible para que pueda estar protegido durante toda la temporada.