

LA VACUNA CONTRA LA GRIPE:

**Lo mejor que puede hacer
para escapar de la gripe.**

La temporada anual de gripe comienza en octubre y puede prolongarse hasta mayo.

Cada año, entre el 5% y el 20% de la población de los EE. UU. se enferma de gripe. Eso significa que, por lo menos, 15 millones de estadounidenses (y hasta 60 millones) se enferman de gripe cada año. Esto genera 200,000 hospitalizaciones y 36,000 muertes por año.

Entonces, ¿qué puede hacer para protegerse y proteger a su familia de la gripe estacional? Aplíquese la vacuna contra la gripe. Octubre y noviembre son los mejores meses para vacunarse, pero la gripe sigue circulando durante enero y febrero y, en ocasiones, se prolonga incluso hasta mayo. La vacuna contra la gripe estacional no lo protege del H5N1, el tipo de gripe aviar que ha matado aves y personas en países como Indonesia y Tailandia, pero puede protegerle de una gripe común.



Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades recomiendan que determinadas personas, incluidos los niños muy pequeños, los ancianos y las personas que viven con alguna enfermedad que afecta su sistema inmunitario, se vacunen contra la gripe. Para obtener un listado completo de las personas que tienen un riesgo más alto, visite www.cdc.gov/flu/protect/keyfacts.htm.

En ocasiones, algunas personas tienen miedo de darse la vacuna contra la gripe porque temen que esta les cause una enfermedad, pero la vacuna contra la gripe estacional contiene virus de la gripe muerto que los expertos denominan "virus inactivo". El virus ya no está vivo y, por ende, usted no se enfermará. Esta vacuna, que se aplica con una aguja, está aprobada para personas de más de 6 meses de edad. Si es alérgico a los huevos, comuníquese con su proveedor de cuidados de la salud, ya que la vacuna contra la gripe deberá administrarse de otro modo, o no aplicarse.

Además de la inyección, existe una vacuna contra la gripe más nueva, lanzada recientemente, que se administra mediante un spray nasal. Se recomienda únicamente para personas sanas de 5 a 49 años que no estén embarazadas, ya que contiene virus de la gripe vivo (pero debilitado). El spray es una gran alternativa a las agujas, especialmente para niños sanos en edad escolar.

Independientemente del tipo de vacuna que elija, vacunarse es lo mejor que puede hacer para escapar de la gripe.



Prepárese
getreadyforflu.org



American
Public Health
Association