



Para más información,  
visita [TexasFlu.org](http://TexasFlu.org)  
o llama al (800) 252-9152



Stock No. 11-13710A  
Rev. 10/2012



COMBATE  
— LA —  
GRIPE

## ¿Qué es la gripe?

La gripe es una enfermedad muy contagiosa que se pega por medio de gotitas que la gente enferma de gripe hace al toser, estornudar o hablar, y que luego los demás aspiran o tocan superficies donde cayeron las gotitas.

## ¿Cuáles son los síntomas y los efectos de la gripe?

Los síntomas de la gripe incluyen fiebre/escalofríos, dolor de garganta, dolores musculares, fatiga, tos, dolor de cabeza y moqueo o nariz tapada. Es posible que la gente a la que le da la gripe se la pegue a los demás desde 1 día antes de enfermarse hasta 5-7 días después de enfermarse.

Los adultos y los niños sanos pueden enfermarse fácilmente de gripe. Cada año, la gripe afecta a miles de personas y algunas son hospitalizadas y mueren.

## ¿Cómo evito que me dé la gripe?

Los CDC recomiendan una vacuna contra la gripe anual para todas las personas de 6 meses de edad o más como la primera y más importante medida para protegerse contra esta grave enfermedad.

## ¿Por qué necesito vacunarme contra la gripe cada año?

Los virus que más probablemente afecten a la gente cada temporada de gripe cambian año con año.

## ¿Qué tipos de vacunas están disponibles?

Hay dos tipos de vacunas:

- La "vacuna contra la gripe" es una vacuna inactivada (que contiene virus muerto) que

se inyecta, normalmente en el brazo. Está autorizada para ser usada en gente mayor de 6 meses de edad, incluida la gente sana, la gente con enfermedades crónicas, al igual que en mujeres embarazadas.

- La vacuna contra la gripe en aerosol nasal es una vacuna hecha con virus de gripe vivos debilitados (a veces llamada LAIV o "vacuna contra la influenza atenuada viva") que se aplica como aerosol nasal. Los virus en la vacuna en aerosol nasal no causan la gripe. La LAIV está indicada para las personas sanas de 2 a 49 años de edad que no estén embarazadas.

## ¿Pueden las mujeres embarazadas vacunarse contra la gripe?

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (o CDC) y el Comité Asesor de Prácticas de Inmunización (o ACIP) recomiendan la inmunización de rutina de las mujeres embarazadas con la vacuna contra la gripe en cualquier etapa del embarazo.

## ¿Cuánto debo esperar para estar protegido contra la gripe después de vacunarme?

Tu cuerpo desarrolla anticuerpos en respuesta a la vacuna contra la gripe. Alrededor de 2 semanas después de vacunarte, estos anticuerpos aumentan en número para proveerte protección contra los virus de la gripe.

## ¿Además de vacunarme, ¿qué puedo hacer para evitar que me dé la gripe?

Además de vacunarte, haz lo siguiente:

- Cúbrete al toser
- Lávate las manos seguido
- Trata de no tocarte los ojos, la boca o la nariz con demasiada frecuencia

- Mantente alejado de las personas que estén enfermas
- Quédate en casa si estás enfermo
- Si te llegas a enfermar, toma medicinas antivirales si tu doctor te las receta

## ¿Es segura la vacuna?

La vacuna contra la gripe es tanto segura como efectiva. La vacuna contra la gripe no causa la gripe. Hay ciertas personas que no deberían vacunarse contra la gripe, como los individuos que:

- Tienen alergia al huevo de gallina
- Han tenido graves reacciones a la vacuna contra la gripe en un pasado
- Han tenido el síndrome Guillain-Barré (o GBS) en las 6 semanas siguientes a vacunarse contra la gripe
- Tienen menos de 6 meses de edad
- Están enfermos con fiebre

## ¿Cuándo debo vacunarme?

Vacúnate tan pronto esté disponible la vacuna contra la gripe en tu comunidad. Si no te has vacunado contra la gripe, vacúnate ya para protegerte.

## ¿Dónde puedo vacunarme contra la gripe?

El mejor lugar para vacunarte contra la gripe es el consultorio o la clínica de tu proveedor de salud. También puedes vacunarte en una farmacia comunitaria o con algún otro vacunador comunitario. Para encontrar el lugar más cercano para vacunarte contra la gripe, visita [www.TexasFlu.org](http://www.TexasFlu.org) y haz clic en el botón Buscador de vacunas contra la gripe.

**Para más información, visita [TexasFlu.org](http://TexasFlu.org) o llama al (800) 252-9152.**