

# INFORMACIÓN SOBRE LA VACUNA CONTRA LA GRIPE

Protéjase contra la gripe

Esta información del Departamento de Asuntos de Veteranos de los EE.UU (VA, por sus siglas en inglés) es para los veteranos y sus familias. VA y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan que toda persona se ponga la vacuna contra la gripe cada año. Este boletín informativo contesta algunas de las preguntas que usted pudiera tener con respecto a la vacuna contra la gripe.

**PÓNGASE LA VACUNA CONTRA LA GRIPE CADA AÑO.  
¡ES SEGURA Y SÍ FUNCIONA!**

## → ¿Por qué debería ponerme la vacuna contra la gripe?

Ponerse la vacuna contra la gripe es la mejor manera de disminuir el contagio de la gripe. La vacuna contra la gripe puede protegerle de contraer la gripe.

## → ¿Quién debería ponerse la vacuna contra la gripe?

Todas las personas mayores de 6 meses en adelante quien quiere reducir el riesgo de enfermarse de influenza deberían ponerse la vacuna contra la gripe. Las personas quienes tienen mayor riesgo de enfermarse de la gripe incluyen:

- Personas con problemas de salud, tales como asma, diabetes y enfermedades del corazón;
- Personas mayores de 50 años;
- Mujeres embarazadas o que quieran embarazarse;
- Personas quienes están al cuidado de un menor de edad o miembro de la familia con problemas de salud; y
- Proveedores de Servicios de Salud.

## → ¿Qué tan bien funciona la vacuna contra la gripe?

Estudios han mostrado que ponerse la vacuna puede reducir la enfermedad y las muertes asociadas a la gripe.

## → ¿Cuándo debería ponerme la vacuna contra la gripe?

Póngase la vacuna tan pronto como esta esté disponible durante el otoño, para que así usted esté protegido todo el invierno. Usted tendrá que ponerse una nueva vacuna contra la gripe cada año para protegerse de los virus de gripe más recientes.

## → ¿Cómo me protege la vacuna contra la gripe?

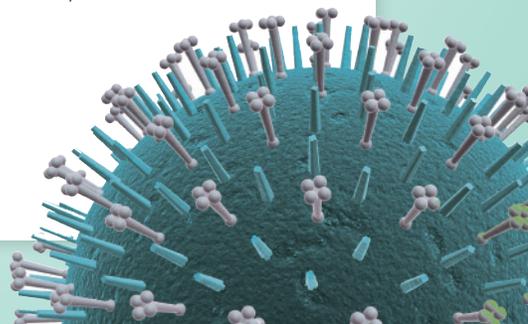
La vacuna contra la gripe ayuda a su cuerpo a crear los anticuerpos necesarios para combatir los virus de la gripe. Estos le ayudarán a prevenir el contagio de la gripe. Una vez que se ha puesto la vacuna, le toma a su cuerpo alrededor de 2 semanas crear los suficientes anticuerpos que le protegerán.

## → ¿Por qué necesito una vacuna nueva cada año?

Los virus de la gripe pueden cambiar con el paso del tiempo. Cada año, la vacuna contra la gripe es actualizada con el fin de que contenga los virus de la gripe con más posibilidades de contagio para ese año en particular.

## → HECHOS RÁPIDOS: ¿QUÉ ES LA GRIPE?

- La gripe—o influenza—es una enfermedad de las vías respiratorias causada por diferentes virus.
- La gripe se propaga con facilidad. Esta ocurre cada año durante el otoño, invierno y la primavera.
- La gripe es diferente de un resfriado. La gente que tiene esta gripe por lo general siente dolores de cuerpo y le da fiebre.
- Cada año en los EE.UU, la gripe es la causante de más de 226,000 casos de hospitalización y alrededor de 36,000 muertes.



## ➔ ¿De qué está compuesta la vacuna contra la gripe?

Cada año la vacuna contra la gripe se compone de tres cepas de virus que ya han muerto. Los expertos deciden cuáles cepas habrán de conformar la vacuna, basándose en los virus de la gripe que estén propagándose durante ese año. En algunas ocasiones los virus de la gripe cambian después de que las vacunas ya han sido preparadas. Aun así, usted podrá contar con cierta protección de esa vacuna contra la gripe.

## ➔ ¿Puedo contraer la gripe mediante la vacuna?

No. Los virus contenidos en la vacuna no están vivos, por lo tanto usted no puede contraer la gripe mediante la vacuna contra la gripe.

## ➔ ¿Podría contraer la gripe aún después de haberme puesto la vacuna contra la gripe?

Esto en ocasiones podría suceder en caso de que:

- La vacuna no contenga los virus de la gripe que está en propagación.
- Usted se haya expuesto a la gripe antes o justo después de haberse puesto la vacuna contra la gripe. Usted podría también contraer la gripe antes de que la vacuna surta efecto.
- Usted tenga un sistema inmunológico débil o alguna otra enfermedad que haga que la creación de anticuerpos tome más tiempo en su cuerpo.
- Su cuerpo presente alguna falla en la creación de anticuerpos después de haberse puesto la vacuna contra la gripe.

## ➔ ¿Es segura la vacuna?

Sí, la vacuna es segura. La mayoría de las personas que se ponen la vacuna contra la gripe no sufre efectos secundarios o reacciones alérgicas de gravedad. Algunas personas pudieran presentar enrojecimiento o hinchazón en el área del brazo en la que les fue aplicada la vacuna. Un número muy reducido de personas podría sufrir leves dolores musculares, dolor de cabeza o una ligera fiebre que pudieran durar de uno a dos días.

## ¿QUÉ ES LA VACUNA CONTRA LA GRIPE DE DOSIS ALTA?

La vacuna contra la gripe de dosis alta fue aprobada por el gobierno federal en el 2010. Solo puede ser administrada a personas mayores de 65 años en adelante. Contiene las mismas tres cepas de la gripe que una vacuna regular, pero en dosis más elevadas de cada una. Estudios recientes muestran que la vacuna contra la gripe de dosis alta puede ayudar a crear una respuesta inmunológica más fuerte contra la enfermedad. Algunas personas han presentado mayor incomodidad en el área donde se les aplicó la vacuna contra la gripe de dosis alta que la regular. Actualmente se continúa con la investigación que permita aprender más acerca de la nueva vacuna contra la gripe de dosis alta.



## ➔ Soy alérgico al huevo. ¿Qué debo hacer?

Si usted tiene una alergia severa contra los huevos de gallina, hable con su proveedor de salud antes de ponerse la vacuna contra la gripe.

## ➔ ¿Qué más puedo hacer para disminuir el contagio de la gripe?

- Evitar a personas con la enfermedad
- Lavarse las manos con frecuencia
- Mantener sus manos alejadas de la cara
- Cubrirse nariz y boca al toser o estornudar
- Quedarse en casa si está enfermo/a

## ➔ ¿En dónde puedo encontrar más información?

Los principales sitios oficiales del gobierno federal son: [www.flu.gov](http://www.flu.gov) y [www.cdc.gov/flu](http://www.cdc.gov/flu)

Información contra la gripe H1N1 por parte de VA está disponible en: [www.publichealth.va.gov/flu](http://www.publichealth.va.gov/flu)



U. S. Department of Veterans Affairs  
Public Health Strategic Health Care Group (13B)  
810 Vermont Avenue, NW  
Washington, DC 20420  
[publichealth@va.gov](mailto:publichealth@va.gov)

OCTOBER 2010 | FLU FS-1



**VA**  
HEALTH  
CARE | Defining  
**EXCELLENCE**  
in the 21st Century

*Este material NO cuenta con derechos de autor y puede ser reproducido libremente.*

[www.publichealth.va.gov/infectiondontpassiton](http://www.publichealth.va.gov/infectiondontpassiton)