

# VACUNACIÓN CONTRA LA GRIPE EN TIEMPOS DE COVID-19

Proteger a nuestra comunidad de la isla

**Juntos**, los asociados de atención médica de la Isla San Juan se comprometieron a compartir información precisa sobre la gripe y las vacunas antigripales y a ofrecer un fácil acceso a la vacunación para todos los habitantes de la isla mediante un proceso con modalidad desde el automóvil que funcionó excepcionalmente bien en todo el país. Este año hay una gran posibilidad de riesgo durante la pandemia de COVID-19, y es fundamental que la vacuna contra la gripe se administre de forma temprana y a la mayor cantidad de personas posible.

## ¿Qué es la influenza?

Todos los años hay enfermedades causadas por los virus de la gripe tipo A y B. Es la única enfermedad que causa picos estacionales en el total de muertes por todas las causas. Cada año, miles de vidas se pierden en este país y es posible que las cifras sean aún más altas si la propagación alcanza niveles epidémicos.

## ¿Por qué la vacuna contra la gripe es tan importante este año?

La gripe y el COVID-19 son similares porque ambos se transmiten por vía respiratoria y causan fiebre, tos, dolor de garganta, goteo nasal, dolor muscular, neumonía y debilidad. Otros virus estacionales de invierno y otoño producen los mismos síntomas. La pérdida del olfato es exclusiva del COVID-19. Estas enfermedades pueden transmitirlas las personas asintomáticas, especialmente los niños. Todavía no se sabe si la gripe y el COVID-19 pueden ocurrir al mismo tiempo en el organismo ni si esto causaría una enfermedad grave. Por eso, es fundamental recibir a tiempo la vacuna contra la gripe esta temporada.

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

Los virus de la gripe cambian un poco cada año. Eso significa que nuestra respuesta inmunitaria debe “reeducarse”. En años de pandemia, estos cambios fueron enormes y afectaron más a las poblaciones vulnerables. El reto de fabricar vacunas contra la gripe es que la vacuna del año anterior tiene menos probabilidades de proteger a las personas.

## ¿Qué tan eficaz es la vacuna?

Comparada con otras vacunas, como las vacunas contra el sarampión (95 % o más) o el herpes (del 70 al 90 %), la vacuna contra la gripe no es tan eficaz: en 2019-2020 fue del 47 %. Entonces, si es menos del 50/50, ¿para qué molestarse? La respuesta es que, en las personas que recibieron la vacuna y se infectaron igual, la enfermedad fue más leve y duró menos tiempo, y fue menos probable que contagiaran el virus. **¡Protegiéndonos también protegemos a los demás!**



# VACUNACIÓN CONTRA LA GRIPE EN TIEMPOS DE COVID-19

Proteger a nuestra comunidad de la isla

## Preguntas frecuentes

---

### “Entiendo, pero después de la última vez que recibí la vacuna me enfermé”.

Con frecuencia, la vacuna contra la gripe puede causar dolor en el lugar de la inyección. En ocasiones, puede haber hinchazón. Algunas personas tienen fiebre y dolores de cuerpo, que suelen confundirse con la enfermedad en sí, pero son reacciones inmunitarias efímeras a la vacuna. Puede haber otras complicaciones poco frecuentes, pero como cada año las vacunas se purifican aún más, todas las reacciones han disminuido. Si tiene alguna pregunta o preocupación sobre las posibles reacciones, hable con su proveedor de atención primaria.

### “¿No es la vacuna contra la gripe solo para adultos mayores?”

En realidad, la gripe es la principal causa de enfermedad y hospitalización en adultos mayores, especialmente en aquellos que ya tienen condiciones respiratorias o cardíacas graves u otras enfermedades, como diabetes o insuficiencia renal, y representa aproximadamente el 80 % de las muertes. Sin embargo, muchas otras personas están en riesgo, incluyendo a aquellas con un sistema inmunitario deficiente y otras diversas enfermedades crónicas. En el pasado, la gripe pandémica atacó principalmente a adultos jóvenes y bebés sanos.

## ¿Qué se sabe de los niños y la gripe?

---

En la temporada de gripe anterior, se hospitalizaron y murieron más niños por gripe que por COVID-19. Muchos de esos niños no habían recibido la vacuna contra la gripe. Los niños tienen un papel clave en el contagio de la gripe a su grupo familiar, por lo que protegiendo a los niños se protege a los demás. Las mujeres pueden recibir la vacuna contra la gripe (únicamente INACTIVADA) en cualquier momento del embarazo. La vacunación protege a la madre y al bebé porque la inmunidad se transmite a los bebés antes del nacimiento y se mantiene en los primeros meses de vida. Esto es importante porque no hay una vacuna contra la gripe para bebés menores de seis meses.

**Nota especial:** Los niños mayores de nueve años solo necesitan una dosis por año. Los niños de entre seis meses y nueve años necesitan “preparación” si no recibieron la vacuna contra la gripe antes. Necesitan dos dosis con un mes de diferencia la primera vez que reciben la vacuna contra la gripe.

## ¿Dónde y cuándo puedo recibir la vacuna contra la gripe?

---

Llame al consultorio de su médico o a una farmacia local y pida la vacuna.

- Eventide Health (360) 378-1338
- Friday Harbor Drug (360) 378-4421 opción 5
- PeaceHealth (360) 378-1756

Las clínicas de vacunación contra la gripe desde el automóvil están programadas para 21 de octubre de 2020 y el 1 de noviembre de 2020 (*solo adultos por favor*)

Ubicación: San Juan County Fairgrounds (Recinto Ferial del Condado de San Juan) en Friday Harbor.