



PREGUNTAS COMUNES SOBRE LA VACUNA CONTRA LA GRIPE

¿Por qué es recomendable que me vacune contra la influenza (gripe)?

La vacuna contra la influenza es la mejor manera de protegerse contra los virus de la gripe, entre ellos el H1N1 (gripe porcina). La vacuna ayuda al organismo a luchar contra la infección de la influenza y a conservarse sano. Es sobre todo importante que las personas que corren un alto riesgo de desarrollar complicaciones a raíz de la gripe y las personas con las que tengan contacto sean vacunadas.

La mayoría de las personas saludables que contraen la gripe presentan síntomas leves durante una semana aproximadamente. Sin embargo,

- los niños pequeños,
- las mujeres embarazadas,
- las personas de más de 65 años de edad,
- las personas de cualquier edad que sufren ciertos padecimientos médicos crónicos

corren el riesgo de presentar síntomas severos que podrían resultar en su hospitalización y, en ocasiones, la muerte. Incluso un caso leve de gripe puede ser muy incómodo y obligar a la persona a faltar a su trabajo o a la escuela varios días. Cuantas más personas se vacunen contra la gripe, menos se propagará la enfermedad en la comunidad. Esto es bueno para todos nosotros, sobre todo para las personas que corren un mayor riesgo de desarrollar síntomas severos.

Si el año pasado me vacunaron contra la H1N1, ¿tengo que vacunarme otra vez?

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) recomiendan que uno se vacune contra la gripe todos los años. La inmunidad que uno recibe de la vacuna durará la temporada de gripe, pero, con el tiempo, empieza a perder efecto y es necesario recibir un refuerzo todos los años. La vacuna contra la gripe que reciba este año lo protegerá del virus H1N1 y de los otros dos virus de la gripe más comunes que circulan en todo el mundo.



Si ya tuve gripe, ¿es necesario que me vacune?

Los virus de la gripe que circulan tienden a ser ligeramente distintos de un año a otro. A menos que se haya sometido a una prueba para determinar un virus de la gripe específico, no puede estar seguro de cuál de los virus hizo que se enfermara. Al vacunarse contra la gripe estacional de este año se protegerá a sí mismo y a otras personas en el caso de que la enfermedad que usted haya tenido no sea gripe. En el caso de que sí haya tenido algún tipo de gripe, la vacuna contra la gripe estacional le protegerá de las otras cepas de gripe más comunes.

¿Debo vacunarme una o dos veces este año?

Las personas a partir de los 9 años de edad sólo necesitan una vacuna contra la gripe este año. El año 2009 fue la excepción, no la regla. Ese año, el virus de la pandémica gripe H1N1 no se identificó a tiempo de modo que no pudo incluirse en la vacuna que se desarrolló contra la gripe estacional, por lo que fue necesario recibir una vacuna adicional para estar protegido de la H1N1. Este año, el virus H1N1 es uno de los virus que se han incluido en la vacuna contra la gripe estacional.

Se recomienda que todos los menores entre los 6 meses y los 8 años de edad reciban 2 dosis de la vacuna contra la gripe 2010-11 a menos que hayan recibido:

1. por lo menos 1 dosis de la vacuna 2009 contra el H1N1 la temporada de gripe pasada, y
2. por lo menos 1 dosis de la vacuna contra la gripe estacional antes de la temporada de gripe 2009-2010 ó 2 dosis de la vacuna contra la gripe estacional la temporada de gripe pasada

¿Quiénes deberían vacunarse contra la gripe?

Toda persona a partir de los seis meses de edad que desee protegerse de la gripe debería recibir la vacuna. Sin embargo, es más imperativo que las personas que corren el mayor riesgo de desarrollar síntomas severos a raíz de la gripe se vacunen. (Ver la pregunta a continuación.)

¿Quiénes corren el mayor riesgo debido a la gripe?

Las personas que corren el mayor riesgo de desarrollar síntomas severos y complicaciones a raíz de la gripe son:

- Los niños menores de cinco años de edad.
- Las mujeres embarazadas.



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

- Las personas de cualquier edad que padecen enfermedades crónicas como asma, otras enfermedades de los pulmones, diabetes, enfermedades cerebrales o del sistema nervioso y enfermedades cardíacas.
- Las personas a partir de los de 65 años de edad.

Además, los cuidadores de estas personas o las personas que estén en contacto con ellas también deben vacunarse.

¿Es segura la vacuna contra la gripe?

Con el tiempo, se ha comprobado que las vacunas contra la gripe estacional son seguras. A lo largo de los años, cientos de millones de personas en EE.UU. han recibido las vacunas contra la gripe estacional de forma segura, así como millones de personas más a nivel mundial. Muy rara vez surgen problemas relacionados con la vacuna contra la gripe. Los virus en la vacuna inactivada contra la influenza están muertos, por lo que uno no contrae la gripe de la vacuna. Las molestias y las posibles complicaciones graves que pudiese causar la gripe son mucho mayores que los riesgos que representa la vacuna.

¿Las mujeres embarazadas deben vacunarse contra la gripe?

Sí, es muy importante que las mujeres embarazadas se vacunen contra la influenza. La mujer embarazada que contrae cualquier tipo de gripe corre el riesgo de desarrollar complicaciones médicas graves, de ser hospitalizada o, incluso, de morir. Es más probable que las mujeres embarazadas que contraigan el virus de la influenza requieran ser hospitalizadas, en comparación con otros pacientes.

Las mujeres embarazadas pueden protegerse de la gripe lavándose las manos y evitando a personas que estén enfermas. Sin embargo, la vacunación es la mejor manera de protegerse de la gripe.

[Las investigaciones](#) también demuestran que más del 60% de las mujeres embarazadas que recibieron la vacuna contra la influenza transmitieron la inmunidad a sus bebés, lo cual es importante porque los bebés no pueden ser vacunados contra la gripe hasta después de los 6 meses de vida. La vacuna contra la gripe protege a la madre y a su bebé de la enfermedad.



¿Hay algún tipo especial de vacuna que las mujeres embarazadas deban recibir?

Hay dos tipos de vacunas contra la gripe. Las mujeres embarazadas deben recibir la vacuna inyectable contra la gripe (“flu shot”) que se aplica con una aguja hipodérmica por lo general en el brazo. La aplicación de tal vacuna ha sido aprobada para las mujeres embarazadas. El otro tipo de vacuna contra la gripe —vacuna intranasal en spray contra la gripe (FluMist)— es una vacuna que contiene el virus de la gripe que ha sido atenuado y que no suele aplicarse a las mujeres embarazadas.

La mayoría de los tipos de vacunas inyectables contra la gripe contienen un conservante llamado timerosal, el cual contiene una muy pequeña cantidad de mercurio. No hay evidencia de que el timerosal sea dañino para las mujeres embarazadas o el feto. Sin embargo, debido a que algunas mujeres temen ser expuestas a conservantes durante su embarazo, los fabricantes de las vacunas están produciendo vacunas contra la gripe estacional sin conservantes. El CDC recomienda que las mujeres embarazadas reciban la vacuna contra la gripe con o sin timerosal, y las mujeres embarazadas pueden pedir, de antemano, a sus proveedores de atención médica que les apliquen este último tipo de vacuna.

¿Hay algún tipo especial de vacuna que las personas mayores de 65 años deban recibir?

Se ha aprobado una nueva vacuna inyectable, Fluzone® High-Dose (dosis alta), para las personas a partir de los 65 años de edad. Con esta vacuna, se propone crear una mejor protección contra la influenza a través de una dosis más alta de los virus inactivados. Sin embargo, no es obligatoria para las personas mayores de 65 años; si prefieren, estas personas pueden optar por la vacuna regular contra la gripe. Se puede obtener más información acerca de Fluzone® HD de la FDA [aquí](#).

¿Cuántas inyecciones necesitarán los niños?

Se recomienda que todos los menores entre los 6 meses y los 8 años de edad reciban 2 dosis de la vacuna contra la gripe 2010-11 a menos que hayan recibido:

1. por lo menos 1 dosis de la vacuna 2009 contra el H1N1 la temporada de gripe pasada, y
2. por lo menos 1 dosis de la vacuna contra la gripe estacional antes de la temporada de gripe 2009-2010 ó 2 dosis de la vacuna contra la gripe estacional la temporada de gripe pasada



De otro modo, la protección que recibirían sería menor o nula. De ser posible, la primera dosis debe aplicarse en cuanto la vacuna esté disponible. La segunda dosis debe aplicarse a los 28 días o más de la primera dosis. Los bebés menores de seis meses son demasiado pequeños para recibir la vacuna contra la gripe.

¿Por qué los niños necesitan más vacunas?

Según los [CDC](#), la primera dosis “prepara” al sistema inmunológico y la segunda le proporciona protección. Si su hijo necesita dos dosis, empiece el proceso temprano de modo que el niño esté protegido antes de que empiece a circular la influenza en su comunidad. Asegúrese de que el niño reciba la segunda dosis si la necesita. Por lo general, la protección empieza a las dos semanas aproximadamente de haberse recibido la segunda dosis.

¿Contraeré la gripe de la vacuna?

No, las vacunas contra la gripe no producen gripe. Los virus que contienen las vacunas contra la gripe han sido inactivados (están muertos), lo que significa que no pueden causar infección. En estudios científicos de alta calidad, en los que ciertas personas recibieron vacunas contra la gripe y otras recibieron inyecciones de agua salina, la única diferencia en los síntomas fue mayor dolor e irritación en el lugar de la inyección en las personas que recibieron la vacuna. No hubo diferencias en términos de dolores corporales, fiebre, tos, goteo nasal o dolor de garganta en los grupos del estudio.

La vacuna intranasal en spray contiene un virus de la gripe debilitado que no produce síntomas severos que suelen asociarse con la influenza y no produce la gripe misma. En los menores de edad, entre los efectos secundarios menores que podrían presentarse se hallan: goteo nasal, dolor de cabeza, silbidos en el pecho, vómitos, dolores musculares y fiebre. En las personas adultas, entre los efectos secundarios menores que podrían presentarse se hallan: goteo nasal, dolor de cabeza, dolor de garganta y tos. La fiebre no es un efecto secundario común en las personas adultas que reciben la vacuna contra la gripe intranasal en spray. Por lo general, los efectos secundarios duran sólo uno o dos días, pero la gripe puede durar más de una semana.



Una vez que me vacuné contra la gripe, me pareció que contraí la gripe. ¿Es posible?

No. Pero hay diversas razones por las cuales uno podría desarrollar síntomas similares a los de la gripe incluso después de haberse vacunado contra la enfermedad:

- Las personas pueden estar expuestas al virus de la gripe al poco tiempo de haberse vacunado o durante las dos semanas que demora el cuerpo en obtener la protección completa después de haber recibido la vacuna. Esto podría hacer que la persona se enferme de gripe antes de que la vacuna empiece a protegerla.
- Las personas podrían contraer otros virus (no gripe) que circulan durante la temporada de gripe que también producen síntomas similares a los de la gripe (tal como el rinovirus que produce el catarro común). Estos virus pueden hacer que uno se sienta enfermo, pero no son tan graves como la gripe.
- La persona podría quedar expuesta a un virus de influenza que no está incluido en la vacuna que ha recibido. Los tipos de virus de influenza son numerosos, y la vacuna contra la gripe brinda protección sólo contra los más comunes.
- La vacuna contra la gripe estacional brindará protección contra las cepas de influenza que los expertos en salud prevén estarán en circulación, pero es posible que la vacuna contra la gripe estacional no incluya todas las cepas que circulan ya que las vacunas deben fabricarse muchos meses antes de que empiece la temporada de gripe.
- Ningún medicamento es 100% eficaz. Lamentablemente, algunas personas quedan desprotegidas de la gripe incluso después de haberse vacunado contra la enfermedad. Esto es más factible en el caso de las personas que tienen un sistema inmunológico débil. Sin embargo, incluso en las personas con sistemas inmunológicos débiles, la vacuna contra la gripe suele ayudar a prevenir una enfermedad más grave a raíz de la influenza y los beneficios que la vacuna representa para ellos son incluso mayores en vista del riesgo mayor que corren de desarrollar problemas graves debido a la gripe.



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

¿Durante cuánto tiempo me protegerá la vacuna contra la gripe?

La vacuna sólo ofrece protección durante una temporada de gripe. La vacuna contra la gripe del año próximo se elaborará para proteger contra los virus de la influenza que representen el mayor peligro en ese entonces.

¿Cuáles son los efectos secundarios potenciales de la vacuna contra la influenza?

La mayoría de las personas no presentarán efectos secundarios a raíz de la vacuna contra la influenza. De producirse efectos secundarios, es probable que sean leves. En las personas adultas, el efecto secundario principal es dolor, irritación o inflamación en el lugar que se aplicó la inyección. Un pequeño porcentaje de menores que reciben la vacuna contra la influenza podría presentar una fiebre ligera y/o dolores musculares. Dichos efectos secundarios suelen presentarse al poco tiempo de haberse recibido la vacuna y duran entre 1 y 2 días.

Al igual que con cualquier medicamento, existe una probabilidad muy reducida de que surja una reacción alérgica repentina o severa, pero los problemas graves a raíz de la vacuna contra la gripe ocurren muy rara vez. El riesgo que representa la vacuna es mucho menor que el riesgo que representa la enfermedad. No obstante, si usted tiene una alergia severa (mortal) a los huevos de gallina o a otra sustancia en la vacuna, no debe ser vacunado.

¿Es seguro el timerosal que contiene la vacuna?

El timerosal es un conservante a base de mercurio que se emplea en diversas formas de vacunas. El timerosal se emplea en vacunas para prevenir la contaminación por bacterias. Si bien algunas personas tienen cierta preocupación acerca de los riesgos que representa el timerosal para la salud, jamás se ha comprobado que cause problemas de salud. Un [detallado informe en 2004](#) efectuado por el Institute of Medicine of the National Academies of Science (Instituto de Medicina de Asociaciones Científicas Estadounidenses) concluyó que el timerosal en las vacunas no causa problemas de salud, conclusión a la que también llegaron los investigadores en otros países. La American Academy of Pediatrics (Asociación de Pediatras de EE.UU.), los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de EE.UU. y el Instituto de Medicina han concluido que, sobre la base de datos científicos, las vacunas que contienen timerosal son seguras.



¿Puedo recibir una vacuna contra la influenza que no contenga timerosal?

Algunas vacunas contra la influenza se formulan sin timerosal, incluida la vacuna intranasal en espray. Sin embargo, la mayoría de las vacunas contra la influenza contienen una pequeña cantidad de timerosal que se emplea como conservante para evitar la contaminación por bacterias.

¿Dónde puede obtener la vacuna contra la gripe?

- De su médico o clínica – Si tiene un médico o un proveedor de atención médica de cabecera, quizá esta persona pueda aplicarle la vacuna. La mayoría de los sistemas de salud informan a sus miembros cuándo y dónde pueden obtener la vacuna contra la gripe. Si no está seguro si la clínica o su médico ofrecen vacunas contra la gripe, llámelos y averigüe.
- De farmacias – Muchas farmacias (o boticas) independientes o dentro de supermercados o diversos locales comerciales ofrecen vacunas contra la gripe. Consulte con la farmacia de su localidad para ver si la ofrece.
- Clínica comunitaria de inmunización – Si usted no tiene un proveedor de atención médica regular, puede recibir la vacuna contra la gripe a un precio reducido o de forma gratuita en la Clínica comunitaria de inmunización (Community Immunization Clinic). Debe sacarse cita para recibir las vacunas contra la gripe. 426 SW Stark St, 3er Piso, Portland | 503-988-3828 [MAPA](#)

¿Cuánto cuesta?

Muchos proveedores de atención médica ofrecen vacunas a bajo precio o sin ningún costo adicional. Las farmacias cobran tarifas diferentes. Dependiendo de dónde reciba la vacuna y el tipo de vacuna que reciba, el costo podría variar entre \$0 y \$60. Algunos planes de seguro médico cubren parte o el total del costo de las vacunas contra la gripe. Llame antes para confirmar el costo.