



Datos importantes sobre la influenza o gripe estacional

¿Qué es la influenza (o gripe, también conocida como *flu* en inglés)?

La influenza es una enfermedad respiratoria contagiosa, causada por los virus de la influenza. Puede enfermarle en forma leve o grave, y en ciertos casos incluso provocar la muerte. La mejor manera de prevenir la influenza es aplicándose la **vacuna** contra la influenza todos los años.

Anualmente en los Estados Unidos, en promedio,

- entre el 5% y el 20% de la población contrae la influenza;
- más de 200,000 personas son hospitalizadas por complicaciones de la influenza y
- unas 36,000 personas mueren a causa de la influenza.

Algunas personas, entre ellas las de edad avanzada, los niños pequeños y los que padecen ciertas afecciones (como asma, diabetes o enfermedades cardíacas) tienen un riesgo alto de sufrir complicaciones serias a causa de la influenza.

Síntomas de la influenza

Los síntomas de la influenza incluyen:

- fiebre (por lo general alta);
- dolor de cabeza;
- cansancio extremo;
- tos seca;
- dolor de garganta;
- secreción o congestión nasal;
- dolores musculares;
- también pueden presentarse síntomas estomacales, como náusea, vómito y diarrea, pero son más comunes en los niños que en los adultos.

Complicaciones de la influenza

Las complicaciones de la influenza incluyen neumonía bacteriana, infecciones del oído, sinusitis, deshidratación y agravamiento de enfermedades crónicas como insuficiencia cardíaca congestiva, asma y diabetes.

Cómo se propaga la influenza

Los virus de la influenza se propagan principalmente de persona a persona cuando alguien con esta enfermedad tose o estornuda. Algunas veces, las personas pueden contagiarse al tocar algo que tiene el virus de la influenza y luego llevarse las manos a la boca o la nariz. La mayoría de los adultos sanos puede infectar a otras personas 1 día **antes** de que se presenten los síntomas y hasta 5 días **después** de

contraer la enfermedad. **Esto significa que usted puede transmitir el virus de la influenza a alguien no solo cuando está enfermo, sino también antes de saber que está enfermo.**

Prevención de la influenza estacional: Vacúnese

La mejor manera de prevenir la influenza es vacunándose anualmente. Existen dos tipos de vacunas:

- **La vacuna contra la influenza inyectable**, vacuna inactivada (elaborada con virus muertos) que se administra a través de una inyección. Esta vacuna contra la influenza está aprobada para su uso en personas de 6 meses de edad en adelante, tanto en personas sanas como en aquellas con afecciones crónicas.
- **La vacuna contra la influenza administrada mediante atomizador nasal**, elaborada con virus vivos debilitados que no causan influenza (algunas veces denominada vacuna viva atenuada o LAIV, por sus siglas en inglés). El uso de la LAIV está aprobado para personas sanas* de 2 a 49 años de edad, pero no para las mujeres embarazadas.

Aproximadamente dos semanas después de la aplicación de la vacuna, el organismo comienza a producir anticuerpos que lo protegen contra la infección por el virus de la influenza. Las vacunas contra la influenza no protegen contra enfermedades parecidas a la influenza causadas por virus diferentes.

Cuándo se debe administrar la vacuna

La vacunación anual contra la influenza debe empezar en septiembre o tan pronto como esté disponible la vacuna y debe continuar durante toda la temporada de influenza, en diciembre, enero y después. Esto se debe a que tanto la duración como la época en que comienza la temporada de influenza varían. Aunque se pueden presentar brotes de influenza tan temprano como en el mes de octubre, por lo general, el periodo de mayor actividad de la influenza suele ser enero o más tarde.

Quiénes deben vacunarse

Por lo general, puede vacunarse cualquier persona que desee reducir sus posibilidades de contraer la influenza. Sin embargo, ciertas personas deben vacunarse todos los años ya sea por estar expuestas a un alto riesgo de complicaciones serias a causa de la influenza, por vivir con una persona expuesta a un alto riesgo de complicaciones serias a causa de esta enfermedad, o por estar a cargo de su cuidado. Durante las temporadas de influenza, en que la disponibilidad de vacunas es limitada o su distribución se ha retrasado, el Comité Asesor de Prácticas de Inmunización (ACIP, por sus siglas en inglés) hace recomendaciones en cuanto a los grupos que deben recibir la vacuna primero.

Las personas que deben vacunarse todos los años son:

1. Niños de 6 meses hasta que cumplan los 19 años de edad.
2. Mujeres embarazadas.
3. Personas de 50 años de edad o más.
4. Personas de cualquier edad con ciertas enfermedades crónicas.
5. Personas que viven en asilos para ancianos y otras instituciones de cuidado prolongado.
6. Personas que viven con otras personas muy vulnerables a complicaciones de la influenza, o que cuiden de ellas, tales como:
 - a. Personal de atención médica.
 - b. Personas que tengan contacto en la casa con otras que tengan un alto riesgo de sufrir complicaciones por la influenza.

- c. Personas que vivan con niños menores de 6 meses de edad o que estén encargadas de su cuidado fuera de la casa (ya que estos niños están muy pequeños para ser vacunados).

Uso de la vacuna contra la influenza de aplicación mediante atomizador nasal

La vacuna contra la influenza de aplicación mediante atomizador nasal es una opción para las personas sanas* de 2 a 49 años de edad, que no están embarazadas. También pueden recibir esta vacuna las personas sanas que vivan con alguien que tiene un alto riesgo de complicaciones a causa de la influenza o que estén a cargo de su cuidado. La única excepción son las personas sanas que están a cargo del cuidado de personas que tienen sistemas inmunitarios debilitados y necesitan estar en un ambiente protegido. Estas personas sanas deben recibir la vacuna inactivada.

Quiénes no deben vacunarse

Algunas personas no deben vacunarse sin consultar antes a un médico, entre estas se incluyen:

- Personas con alergia grave a los huevos de gallina.
- Personas que en el pasado han tenido una fuerte reacción a la vacuna contra la influenza.
- Aquellas que en el pasado contrajeron [el síndrome de Guillain-Barré](#) (o GBS, por sus siglas en inglés), menos de 6 semanas después de haber recibido la vacuna contra la influenza.
- Niños menores de 6 meses de edad (la vacuna contra la influenza no está aprobada para su uso en este grupo de edades).
- Las personas que tienen una enfermedad moderada o grave con fiebre deben esperar hasta que se alivien los síntomas para vacunarse.

Si tiene alguna pregunta sobre si debería recibir la vacuna contra la influenza, pregúntele a su proveedor de atención médica.

Para obtener más información sobre cómo prevenir la influenza, consulte las siguientes secciones:

- [Datos importantes sobre la vacuna contra la influenza estacional](#)
- [Influenza Antiviral Drugs \(Medicinas antivíricas contra la influenza\)](#)
- [Good Health Habits for Prevention \(Hábitos de salud para la prevención\)](#)
- [The Flu: A Guide for Parents \(La influenza: una guía para los padres\)](#)

* "Sanas" se refiere a personas que no padecen ninguna afección subyacente que las exponga a un mayor riesgo de complicaciones a causa de la gripe. No se ha determinado la inocuidad de la LAIV.

Para más información, visite www.cdc.gov/flu/espanol, o llame a los CDC al 800-CDC-INFO (español e inglés) o 888-232-6348 (TTY).