

## **PUNTOS DE REFERENCIA SOBRE LA VACUNA CONTRA LA GRIPE (GRIPA/INFLUENZA) PARA PROMOTORES DE LA SALUD COMUNITARIA**

Los promotores y las promotoras de la salud comunitaria saben que la mejor manera de hacer llegar mensajes de salud a los miembros de la comunidad es difundiéndolos boca a boca a través de personas de confianza. Esta es una referencia rápida sobre la vacuna contra la gripe.

### **¿QUÉ ES LA GRIPE?**

- Una enfermedad respiratoria que por lo general es más activa en los meses de otoño e invierno.
- Puede ser una enfermedad leve o grave y para algunos puede ser mortal.

### **¿CÓMO SE PROPAGA?**

- De personas enfermas de gripe a personas que no tienen la enfermedad.
- Es probable que la gripe y la COVID-19 se propaguen al mismo tiempo.

### **¿CÓMO SE PREVIENE?**

- Con una dosis anual de la vacuna contra la gripe.
- Recomendada para toda persona a partir de los 6 meses de edad, incluso para las embarazadas.

### **¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS DE OBTENER LA VACUNA CONTRA LA GRIPE?**

- Evita que enfermes de gripe y contagies a otras personas.
- Ayuda a que no faltes al trabajo debido a la gripe.
- Reduce la posibilidad de que seas hospitalizado debido a la gripe.
- Ayuda a proteger a las mujeres embarazadas y a sus bebés de la gripe.
- Reduce significativamente el riesgo de que un niño muera a causa de la gripe.
- Reduce la gravedad de la enfermedad en las personas que se vacunan pero aun así enferman.

### **¿QUÉ PASA SI ALGUIEN DICE QUE LA VACUNA CONTRA LA GRIPE LO ENFERMA?**

- La vacuna contra la gripe no puede hacer que una persona enferme de la gripe.
- Sin embargo, puede producir efectos secundarios leves como dolor de cabeza o dolores musculares. Esta es una señal de que la vacuna está funcionando.
- Necesitan pasar dos semanas para que la vacuna contra la gripe pueda comenzar a protegerte. Lo que significa que aún puedes contraer y transmitir la enfermedad de la gripe durante estas dos semanas de espera.
- Sí. Las farmacias y clínicas cuentan con prácticas de seguridad para administrar las vacunas durante la pandemia de COVID-19.

### **¿ES SEGURO SALIR Y VACUNARSE CONTRA LA GRIPE?**

- Comunícate con las clínicas y farmacias locales.
- Visita [combatelagripe.org](https://combatelagripe.org).
- Llama a la línea de Help Me Grow Washington al 1-800-322-2588.

### **¿CUÁNTO CUESTA?**

- No hay costo alguno para los menores de 19 años.
- No hay costo alguno para los adultos que tengan Medicaid o la parte B de Medicare.
- La mayoría de los otros planes de salud cubren la vacuna contra la gripe sin costo alguno.
- Es posible que algunas dosis de la vacuna contra la gripe se encuentren disponibles sin costo alguno para las personas sin seguro médico o con seguro insuficiente.

Par más información acerca de la vacuna contra la gripe, visita [combatelagripe.org](https://combatelagripe.org).