

# ¿Cómo puede prevenir la gripe?

## ¿Por qué nos preocupa la gripe?

La gripe puede ser una enfermedad viral grave que afecta a millones de personas cada año. Se propaga de persona a persona a través de la tos, estornudos o gotas de saliva. La gripe puede ocasionarle que falte al trabajo y que sus seres queridos también se enfermen.



## ¿Cómo puede prevenir la gripe?

Vacunarse contra la gripe es una de las mejores formas de prevenir la gripe. La vacuna antigripal es muy segura y está disponible como vacuna inyectada este año. Ya que su cuerpo tarda hasta 2 semanas en desarrollar una protección completa después de la vacuna, es posible contraer la gripe durante ese tiempo. Los efectos secundarios de la vacuna (dolor leve, dolor de cabeza, fiebre baja, etc.) son a corto plazo y **no** es gripe.

## ¿Quién necesita la vacuna antigripal?

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan que **todas las personas de 6 meses de edad y mayores** se vacunen, especialmente:

- Niños pequeños menores de 5 años de edad
- Mujeres embarazadas
- Personas de 65 años en adelante
- Personas con problemas de salud crónicos como asma, diabetes, enfermedad cardíaca y enfermedad pulmonar
- Las personas que viven con personas en alto riesgo o que cuidan de ellas

## ¿Dónde puedo recibir la vacuna antigripal?

Su departamento de salud local ofrece la vacuna antigripal para todas las edades, junto con la mayoría de los proveedores de atención primaria y farmacias.

**Para obtener mayor información:** [www.misstheflu.com](http://www.misstheflu.com)



10/18



Puede encontrar éste y otros oportunos consejos y eventos de salud pública en la página Facebook del Thomas Jefferson Health District (TJHD). ¡Márquenos "Me Gusta!"

Síguenos en  
Facebook



**VDH** VIRGINIA  
DEPARTMENT  
OF HEALTH  
Protecting You and Your Environment