

## Preguntas y respuestas sobre la influenza y la vacuna contra ella

### ¿A dónde puedo ir a que me pongan la vacuna contra la gripe estacional?

Llame o acuda a su doctor para hacer una cita para la vacuna contra

la influenza (también llamada gripa o gripe)

### ¿Qué puedo hacer si mi doctor no tiene vacunas contra la gripe?

Su doctor le puede dar el número de teléfono del Departamento de Salud local o bien, si necesita ayuda para obtener una vacuna contra la gripe, llame a Servicios al Miembro al 1-800-690-1606, (TTY: 711). Es posible que en el Departamento de Salud local le cobren algo por la vacuna contra la gripe.

### ¿Cuándo debo ir a que me pongan la vacuna contra la gripe estacional?

Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) dicen que la vacunación anual de rutina contra la gripe se debe administrar a las siguientes personas:

1. Todas las personas de 6 meses de edad en adelante
2. Las mujeres embarazadas
3. Los adultos de 50 años de edad y mayores
4. **Los CDC también dicen que las personas de 65 años de edad y mayores deben recibir la nueva vacuna de alta dosis contra la gripe. Pregúntele a su doctor si la vacuna contra la gripe es adecuada para usted.**
5. Las personas de cualquier edad con problemas crónicos de salud.
6. Las personas que viven en hogares de ancianos y otros centros de atención a largo plazo.
7. Las personas que cuidan o viven con personas que corren alto riesgo de complicaciones de la gripe, entre otras:
  - a. Quienes trabajan en salud
  - b. Las personas que viven en la misma casa que las personas que corren alto riesgo de complicaciones de la gripe
  - c. Las personas que viven en la misma casa y los cuidadores que no viven en la casa de los niños menores de 6 meses de edad (estos niños son demasiado pequeños para recibir vacunas)
  - d. Las personas que no pesan lo que deberían (consulte a su doctor)

### NO le deben administrar la vacuna contra la gripe estacional este año si...

- Es alérgico a los huevos de gallina.
- Tiene antecedentes del síndrome de Guillain-Barré (GBS).
- Se puso muy mal después de una vacuna contra la gripe.
- Está enfermo y tiene fiebre. No le deben administrar la vacuna hasta que se sienta mejor.

### ¿La vacuna contra la gripe tiene efectos secundarios?

- Consulte a su doctor sobre los efectos secundarios.
- La vacuna contra la gripe se elabora con un virus que ya no está activo. Por lo tanto, nadie se puede contagiar de la gripe por medio de la vacuna.
- Menos de una de cada tres personas sentirá dolor alrededor del sitio de la vacuna por uno o dos días.
- La fiebre, el dolor y las molestias no son comunes y las reacciones más graves son poco frecuentes.
- En estudios recientes se ha demostrado que la vacuna contra la gripe no aumenta los ataques de asma.



### ¿Por qué tengo que pagar?

Si acude a un doctor o proveedor de atención médica de UnitedHealthcare, no tendrá que pagar nada. Si va al Departamento de Salud local, es posible que le cobren.

### ¿Qué puedo hacer para evitar contraer la gripe?

Le ofrecemos algunos consejos para ayudarle a usted y a su familia a evitar la gripe:

- **Evite el contacto cercano** con los enfermos.
- **Quédese en casa cuando esté enfermo** y aléjese de los demás para protegerlos contra el contagio.
- **Cúbrase la boca y la nariz** con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Eso podría impedir que los demás se enfermen.
- **No se toque los ojos, la nariz ni la boca.** Los gérmenes pueden propagarse cuando una persona toca algo que tiene gérmenes y después se toca los ojos, la nariz o la boca.
- **Mantenga limpias sus manos** lavándoselas con frecuencia con agua tibia y jabón. Esto es muy importante.

Para más información, visite <https://www.cdc.gov/flu/about/season/flu-season-2018-2019.htm>