



## Preguntas y respuestas acerca de la gripe y la vacuna antigripal

### ¿Dónde puedo vacunarme contra la gripe estacional?

Llame o visite a su médico para programar una cita para recibir la vacuna antigripal. También puede vacunarse contra la gripe en muchas farmacias locales de la red.

### ¿Qué sucede si mi médico no tiene vacunas antigripales?

Si necesita ayuda para obtener una vacuna antigripal, llame al número de Servicio al Cliente que figura al dorso de su tarjeta de identificación de miembro. Podemos decirle dónde puede vacunarse contra la gripe.

### ¿Quiénes deben vacunarse contra la gripe estacional?

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) recomiendan que todas las personas mayores de 6 meses se vacunen contra la gripe todos los años, incluso las personas sanas.

Es especialmente importante que las personas que tienen un riesgo alto de sufrir complicaciones graves se vacunen contra la gripe. Si está dentro de este grupo, también puede consultar por la vacuna contra la neumonía. Estos grupos son los siguientes:

- Adultos de 65 años en adelante. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) también recomiendan que las personas de 65 años de edad o más reciban la nueva dosis alta de la vacuna antigripal. Consulte con su médico para saber si la dosis alta de la vacuna antigripal es adecuada para usted.
- Mujeres embarazadas.
- Niños pequeños menores de 2 años.
- Personas con afecciones de salud específicas.

### Personas que **NO** deben vacunarse contra la gripe estacional:

- Niños menores de 6 meses.
- Personas que tengan alergias graves a cualquier ingrediente de la vacuna, como gelatina, antibióticos u otros ingredientes. Se encuentra disponible una vacuna sin huevo para los miembros que tengan alergia al huevo.
- Hable con su médico sobre si la vacuna antigripal es adecuada para usted.

Consulte la siguiente página para obtener más información

**United  
Healthcare**

# Preguntas y respuestas acerca de la gripe y la vacuna antigripal

## ¿Tiene la vacuna antigripal algún efecto secundario?

- Hable con su médico acerca de los efectos secundarios.
- La vacuna antigripal está hecha de un virus que ya no se encuentra activo. Por lo tanto, nadie puede contraer gripe a partir de la vacuna antigripal.
- Menos de una de cada tres personas sentirán dolor alrededor del área donde se aplicó la vacuna durante uno o dos días.
- La vacuna antigripal puede provocar efectos adversos leves como fiebre, dolor corporal y otros tipos de dolores.

## ¿Qué debo pagar?

En la mayoría de los planes de beneficios, las vacunas antigripales están cubiertas al 100% en consultorios de proveedores, farmacias y clínicas de la red. Consulte los detalles de su plan de beneficios o llame al número que figura al dorso de su tarjeta de identificación de miembro para estar seguro de que tiene la vacuna antigripal cubierta en el lugar que elija.

Recuerde llevar su tarjeta de identificación de miembro cuando visite a los proveedores o las farmacias de la red para vacunarse contra la gripe.

## ¿Qué puedo hacer para no contraer gripe?

Aquí le brindamos unos consejos para ayudarle a usted y a su familia a evitar la gripe:

- Si se siente mal, quédese en casa.
- Lávese las manos durante todo el día, en especial después de estar en un lugar público o si estornuda o tose.
- Evite el contacto cercano con otras personas y mantenga una distancia física de los demás cuando esté en espacios públicos.
- Use una mascarilla de tela para cubrirse la boca y la nariz cuando esté con otras personas. Esto ayuda a proteger a los demás, en caso de que usted esté enfermo.
- Limpie con frecuencia las superficies que toca todos los días, como picaportes, mesas, mesadas, teléfonos y más.
- Al toser o estornudar, cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo de papel. Esto puede prevenir que las personas que lo rodean se enfermen.
- Mantenga sus manos limpias, láveselas frecuentemente con agua tibia y jabón. Esto es muy importante.

Para obtener más información, visite [cdc.gov/flu](https://www.cdc.gov/flu)