

# Vacuna contra la gripe estacional

## Salud pública – Hoja informativa

La inmunización es uno de los logros más importantes en materia de salud pública. La inmunización ayuda a eliminar y controlar la propagación de infecciones y enfermedades. Las vacunas ayudan al sistema inmunológico a reconocer y combatir las bacterias y los virus que causan enfermedades.

### ¿Qué es la gripe estacional?

La gripe estacional (la gripe) es una infección respiratoria causada por un virus. No todas las personas que contraen la gripe desarrollan síntomas; pero, aún así, pueden contagiar a otras personas, especialmente si tosen o estornudan. La gripe puede parecerse a otros virus respiratorios o al resfriado común. Sin embargo, los síntomas suelen ser más severos que los del resfriado común. Estos síntomas pueden incluir fiebre alta repentina, dolores corporales, cansancio extremo, dolor de garganta y tos seca. También pueden producirse náuseas y malestar estomacal, especialmente en niños pequeños. La gripe puede provocar problemas más graves, como la neumonía, que podrían requerir hospitalización.

La gripe se puede contagiar fácilmente de persona a persona, a través de la tos, los estornudos, o al compartir alimentos o bebidas. También esta se puede contraer al tocar objetos contaminados con el virus de la gripe, y luego tocarse la boca, los ojos o la nariz. Por este motivo, es importante cubrirse la nariz y la boca con el antebrazo al toser o estornudar. Evite tocarse la cara, y realice la higiene de manos con frecuencia. La higiene de manos puede realizarse lavándose las manos con agua y jabón, o usando un desinfectante de manos a base de alcohol, especialmente después de toser y estornudar.

La temporada de gripe ocurre cada año. En Manitoba, generalmente comienza en el otoño y dura hasta la primavera. Para su protección y para la protección de quienes le rodean, debe vacunarse contra la gripe a principios del otoño, antes de que la gripe llegue a Manitoba.

### ¿Qué es la vacuna contra la gripe?

Cada año, los científicos rastrean la propagación mundial de la gripe. Ellos utilizan estos datos para predecir qué cepas de gripe probablemente causarán más enfermedades en la próxima temporada de gripe. Luego, estas cepas se utilizan para desarrollar la vacuna contra la gripe para ese año. Como resultado, la vacuna puede ser diferente cada año. Por esta razón, y debido a que la protección otorgada por la vacuna disminuye con el tiempo, es importante vacunarse contra la gripe todos los años.

Existen muchas vacunas diferentes contra la gripe, aprobadas por Health Canada (Departamento de Salud de Canadá). Las vacunas aprobadas que forman parte del Seasonal Influenza Immunization Program (programa de vacunación contra la gripe estacional) de Manitoba se encuentran disponibles de forma gratuita para todos los habitantes de Manitoba.

**La vacuna contra la gripe no puede ofrecer protección contra otras infecciones virales o bacterianas, incluidas enfermedades como el resfriado común, la gripe intestinal u otras enfermedades respiratorias como la COVID-19.**

Actualmente, Manitoba ofrece vacunas contra la gripe en dosis estándar y alta, eficaces para la protección contra cuatro cepas de gripe que se prevé que causarán la mayor cantidad de enfermedades gripales. Ambas vacunas se administran a través de inyección (aguja). Ninguna de las vacunas contiene el virus vivo de la gripe.

Si bien la vacuna contra la gripe de dosis estándar se ofrece a todas las personas de seis meses o más, la vacuna contra la gripe de dosis alta contiene cuatro veces la cantidad de proteínas (o antígenos) del virus de la gripe y se recomienda para todas las personas de 65 años o más, para brindarles una respuesta inmunitaria más fuerte.

Para obtener más información sobre la vacuna contra la gripe de dosis alta y los criterios de elegibilidad, visite [manitoba.ca/flu](http://manitoba.ca/flu).

### ¿Por qué las personas deben vacunarse contra la gripe?

Vacunarse contra la gripe puede reducir la cantidad de visitas al médico, hospitalizaciones y muertes durante la temporada de gripe, particularmente entre aquellos que corren un mayor riesgo de enfermarse gravemente debido a la gripe.

La inmunización es la mejor manera de protegerse usted, su familia y otras personas de su comunidad contra la gripe, que a menudo puede ser grave, y a veces mortal.

Las vacunas ayudan a preparar su cuerpo para combatir una posible exposición futura a la gripe, al preparar su sistema inmunológico.

### ¿Quiénes deben vacunarse contra la gripe?

Se recomienda una vacuna anual contra la gripe, y está disponible gratuitamente para todos los habitantes de Manitoba, de seis meses de edad o más, como parte del programa de inmunización de rutina de Manitoba.

La vacuna contra la gripe estacional tarda aproximadamente dos semanas en empezar a actuar plenamente. Por lo tanto, es importante que usted y su familia se vacunen a principios del otoño, antes de que la gripe empiece a circular.

# Vacuna contra la gripe estacional

La vacuna anual contra la gripe es especialmente importante para aquellos habitantes de Manitoba que corren un mayor riesgo de contraer una enfermedad grave a través de la gripe, sus cuidadores y sus contactos cercanos. Esto incluye a:

- personas de 65 años o más
- residentes de hogares de cuidado personal o centros de cuidado a largo plazo
- niños(as) de seis meses a cinco años de edad
- personas con las siguientes condiciones crónicas de salud:
  - un sistema inmunológico debilitado por una enfermedad o por un tratamiento médico
  - enfermedades cardíacas o pulmonares (por ejemplo, fibrosis quística, asma)
  - terapia a largo plazo con ácido acetilsalicílico (Aspirina®) (solo para personas entre seis meses y 18 años de edad)
  - enfermedades neurológicas o del desarrollo neurológico
  - diabetes y otras enfermedades metabólicas
  - enfermedad renal
  - anemia o hemoglobinopatía
  - obesidad (índice de masa corporal  $\geq 40$ )
- personas embarazadas
- trabajadores de la salud y personal de emergencias
- aquellos que prestan servicios en entornos cerrados o relativamente cerrados a personas de alto riesgo (por ejemplo, la tripulación de un barco)
- personas que prestan servicios comunitarios esenciales
- cuidadores habituales de niños(as) de hasta cinco años de edad
- contactos domésticos de cualquier persona con un riesgo mayor de enfermarse gravemente a causa de la gripe, incluidas aquellas personas con niños(as) menores de seis meses o que estén esperando a un recién nacido
- personas aborígenes
- los niños(as) menores de nueve años que nunca han recibido la vacuna contra la gripe necesitan dos dosis, con un intervalo de al menos cuatro semanas entre cada dosis, para crear la protección óptima contra la gripe. De allí en adelante, solo se requerirá una dosis en cada temporada.

Para obtener detalles específicos sobre cualquiera de los ingredientes de la vacuna contra la gripe, visite la monografía del producto del fabricante de la vacuna (los enlaces se proporcionan en el sitio web sobre Seasonal Influenza [Gripe estacional] de Manitoba [manitoba.ca/flu](http://manitoba.ca/flu)) o hable con su proveedor de servicios médicos.

## ¿Quiénes NO deben vacunarse contra la gripe?

Las siguientes personas no deben recibir la vacuna contra la gripe:

- niños(as) menores de seis meses de edad
- cualquier persona que haya tenido una reacción alérgica a una dosis previa de cualquier vacuna contra la gripe
- cualquier persona que haya tenido una reacción alérgica a cualquier ingrediente de cualquier vacuna contra la gripe (excepto los huevos)
- cualquier persona que haya desarrollado el síndrome de Guillain-Barré (SGB) dentro de las seis semanas después de haber recibido cualquier vacuna contra la gripe

La vacuna contra la gripe de dosis alta está aprobada para su uso en personas de 65 años o más. Las personas menores de 65 años no deben vacunarse con la vacuna contra la gripe de dosis alta. En su lugar, deben recibir la dosis estándar de la vacuna contra la gripe.

## Posibles efectos secundarios de la vacuna contra la gripe

Health Canada (Departamento de Salud de Canadá) aprueba las vacunas basándose en una revisión exhaustiva de la calidad y de la seguridad.

Los efectos secundarios más comunes de la vacuna contra la gripe de dosis estándar que se ofrece a todos los habitantes de Manitoba a partir de los seis meses de edad son: dolor, enrojecimiento o hinchazón en el lugar en donde se administró la vacuna.

La vacuna contra la gripe de dosis alta contiene más proteínas (antígenos) que la vacuna contra la gripe de dosis estándar; por lo tanto, puede causar más dolor, enrojecimiento y/o hinchazón en el lugar donde se administró la vacuna.

Otros efectos secundarios comunes son la fiebre, el dolor de cabeza y el cansancio. Se puede administrar acetaminofén (por ejemplo, Tylenol®) para la fiebre o el dolor. El ácido acetilsalicílico (por ejemplo, la Aspirina®) NUNCA se debe administrar a los niños, porque puede causar una enfermedad grave al hígado y al cerebro llamada síndrome de Reye.

Algunas personas también han experimentado el Síndrome Óculo-Respiratorio (SOR), que comienza dentro de las 24 horas después de haber recibido cualquiera de las vacunas contra la gripe. El SOR se define como un enrojecimiento en ambos ojos con (o sin) hinchazón de la cara, más uno o más de los siguientes síntomas: tos, sibilancia, opresión en el pecho, dificultad para respirar y tragar, ronquera o dolor de garganta. Hable con su proveedor de servicios médicos si usted o su(s) hijo(s) han experimentado previamente el SOR después de recibir una vacuna contra la gripe.

# Vacuna contra la gripe estacional

Es importante permanecer en la clínica durante 15 minutos después de recibir cualquier vacuna, porque existe una rara posibilidad de que se produzca una reacción alérgica grave. Esto puede incluir urticaria, dificultad para respirar o hinchazón de la garganta, la lengua o los labios. Si esto le sucede después de salir de la clínica, es importante buscar atención médica de inmediato.

Informe a un proveedor de servicios médicos sobre cualquier efecto secundario grave o inesperado.

## Su historial de protección

Todas las inmunizaciones se registran en el registro de vacunación de Manitoba.

Este registro permite:

- que su proveedor de servicios médicos averigüe qué vacunas han recibido usted o su(s) hijo(s),
- la producción de registros de vacunación o notificaciones para usted sobre vacunas atrasadas,
- que los funcionarios de la salud pública supervisen qué tan bien funcionan las vacunas en la prevención de enfermedades.

Puede obtener su registro de vacunación enviando una solicitud en línea a través de [forms.gov.mb.ca/immunization-update-request](https://forms.gov.mb.ca/immunization-update-request). Su registro de vacunación le será enviado por correo postal. También podrá obtener una copia:

- contactando a su oficina local de salud pública; o
- verificando si su clínica médica local o su consultorio médico local pueden proporcionárselo; o
- preguntando en una estación de enfermería o centro de salud local.

**Para obtener un listado de oficinas de salud pública, por favor visite:** [manitoba.ca/health/publichealth/offices.html](https://manitoba.ca/health/publichealth/offices.html)

La Personal Health Information Act (ley de información médica personal) protege su información y/o la de su(s) hijo(s). Puede pedir que su información médica personal y/o la de su(s) hijo(s) permanezca oculta de la vista de los proveedores de servicios médicos. Para obtener más información, visite [manitoba.ca/health/publichealth/surveillance/phims.html](https://manitoba.ca/health/publichealth/surveillance/phims.html) o contacte a su oficina de salud pública para hablar con una enfermera de salud pública.

## Para obtener más información sobre la gripe o sobre las vacunas contra la gripe:

- hable con su proveedor de servicios médicos; o
- llame a Health Links – Info Santé en Winnipeg al 204-788-8200; llame sin costo desde cualquier otro lugar en Manitoba al 1-888-315-9257; o
- visite:

**El sitio web sobre Seasonal Influenza (gripe estacional) de Manitoba:**

[manitoba.ca/flu](https://manitoba.ca/flu)

**El sitio web sobre la Gripe de Health Canada (Departamento de Salud de Canadá):**

[healthycanadians.gc.ca/diseases-conditions-maladies-affections/disease-maladie/flu-grippe/index-eng.php](https://healthycanadians.gc.ca/diseases-conditions-maladies-affections/disease-maladie/flu-grippe/index-eng.php)

**Immunize Canada (inmunizar a Canadá):**

[immunize.ca](https://immunize.ca)

Los enlaces a las monografías de productos de todas las vacunas contra la gripe estacional utilizadas se pueden encontrar en:

[manitoba.ca/flu](https://manitoba.ca/flu)