

Público: la población en general

CDC: temporada de influenza 2015 - 2016

Cantidad de palabras: 698

No es demasiado tarde para vacunarse. ¡Vacúnese contra la influenza hoy!

Al finalizar noviembre cuando vea carteles que anuncian: "Vacúnese contra la influenza aquí", quizás piense lo siguiente: "¿No es demasiado tarde para vacunarse?"

Mientras los virus de la influenza se sigan diseminando no será demasiado tarde para vacunarse y protegerse y proteger a sus seres queridos.

"Por lo general el pico de la temporada de influenza es entre diciembre y febrero, pero puede haber actividad importante hasta mayo por lo menos", dice el Dr. Dan Jernigan, subdirector de la División de Influenza en el Centro Nacional de Inmunización y Enfermedades Respiratorias (NCIRD) de los CDC. "Recomendamos que la gente que todavía no se vacunó esta temporada lo haga ahora".

Cada temporada, para millones de personas la influenza puede implicar padecer fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores musculares, fatiga, y los obliga a pasar unos días horribles en cama. No obstante, es posible que no sepa que en cada temporada de influenza la influenza también causa cientos de miles de hospitalizaciones y miles o a veces varios miles de muertes.

Pero existe una vacuna que ayuda a prevenir la influenza. Si bien la efectividad de la vacuna puede variar, existe información bien documentada sobre los beneficios de la vacunación. Hay estudios que demuestran que la vacunación puede reducir la cantidad de casos por influenza, las consultas al médico, las ausencias en el trabajo y la escuela a causa de cuadros de influenza, y además prevenir hospitalizaciones relacionadas con la enfermedad.

Es por esto que los CDC recomiendan vacunarse anualmente contra la influenza a partir de los 6 meses de edad. La vacuna contra la influenza se puede administrar en forma de inyección o atomizador nasal. Según el Dr. Jernigan, sin embargo, "lo más importante es vacunarse, y no tanto el tipo de vacuna que reciba". Si tiene preguntas sobre qué vacuna es mejor para usted y su familia, consulte con su médico u otro profesional de la salud.

Algunas personas corren alto riesgo de sufrir complicaciones graves a causa de la influenza, como neumonía, que pueden llevar a hospitalizaciones e incluso la muerte. Esto incluye a niños pequeños, mujeres embarazadas, personas de 65 años en adelante y personas con ciertas afecciones médicas, como asma, diabetes o enfermedades cardíacas. Para quienes tienen un alto riesgo de sufrir complicaciones, vacunarse contra la influenza es especialmente importante. También es importante recibir la vacuna si usted cuida a alguien que se encuentra en estos grupos de alto riesgo, o si cuida a bebés menores de 6 meses de edad, ya que son demasiado pequeños para vacunarlos. Para obtener más información sobre afecciones de alto riesgo, visite http://www.cdc.gov/flu/about/disease/high_risk.htm.

Los niños entre los 6 meses y los 8 años que sean vacunados por primera vez, pueden necesitar dos dosis de la vacuna contra la influenza para estar completamente protegidos. Si un/a niño/a no recibió su primera

dosis, vacúnelo/a ahora. Los padres de niños de entre 6 meses y 8 años que han recibido una dosis de la vacuna deben consultar al pediatra para saber si es necesaria una segunda dosis.

"Vacunarse contra la influenza es simple, y es lo más importante que usted puede hacer para protegerse a sí mismo y proteger a su familia de la influenza", afirma el Dr. Jernigan. Durante décadas, millones de personas se han vacunado contra la influenza sin riesgos.

Las vacunas contra la influenza se ofrecen en muchos lugares, como consultorios médicos, clínicas, departamentos de salud, farmacias y centros de salud universitarios. También las ofrecen muchos empleadores y están disponibles incluso en algunas escuelas. Por tanto, la próxima vez que vea un cartel que diga: "Vacúnese contra la influenza aquí", deténgase y aproveche para vacunarse y recomiende a sus amigos y familiares que también lo hagan. Use el buscador de vacunas de HealthMap en: <http://vaccine.healthmap.org> para encontrar el lugar más cercano donde pueden vacunarse usted y su familia. Mientras los virus de la influenza se sigan propagando, vacunarse contra la gripe sigue siendo conveniente.

La mayoría de los planes de seguro médico cubren el costo de las vacunas recomendadas. Consulte con su aseguradora para conocer los detalles de su cobertura. Si actualmente no tiene seguro médico, visite www.HealthCare.gov para obtener información sobre opciones de cobertura médica asequibles. Para obtener más información acerca de la influenza o la vacuna contra la influenza, consulte con su médico o un profesional de la salud, visite <http://www.cdc.gov/flu> o llame a los CDC al 1-800-CDC-INFO (800-232-4636).