

VACUNACIÓN CONTRA LA GRIPE

Quién debe tenerla y por qué es importante



¿Cómo se propaga el virus de la gripe?

Cuando una persona infectada tose o estornuda, el virus de la gripe se propaga a través de pequeñas gotas de saliva suspendidas en el aire.

Estas gotas pueden ser inhaladas por otras personas o ser transmitidas al tocar las superficies donde se hayan depositado.



¿Debo vacunarme contra la gripe?

Esta es la mejor manera de evitar el contagio y la propagación de la gripe.

Es la mejor protección que existe contra un virus que puede causar una enfermedad grave. Esta vacuna te protege a ti, a tus amigos, a tu familia, a tus cuidadores y a tus compañeros, así que ponte la vacuna de la gripe si te la ofrecen.



¿Cómo puedo vacunarme contra la gripe?

Los mayores de 50, adultos con patologías, niños de ciertas edades, personas en residencias, cuidadores, personal sanitario de primera línea, mujeres embarazadas y personas que conviven con inmunodeprimidos, tienen derecho a una [vacuna antigripal — NHS \(www.nhs.uk\)](https://www.nhs.uk) gratuita. Cualquier persona que no tenga derecho a una vacuna gratuita puede adquirirla en una farmacia.



¿Es una opción segura si estoy embarazada?

Sí, la vacuna contra la gripe puede administrarse sin riesgo alguno en cualquier etapa del embarazo desde la concepción, y os protegerá a ti y a tu bebé. El embarazo altera el modo en que el cuerpo hace frente a infecciones como la gripe y aumenta las posibilidades de que las embarazadas y sus bebés necesiten cuidados intensivos.



¿La gripe puede ser grave?

Las personas a veces piensan que un resfriado fuerte es una gripe, pero tener gripe suele ser mucho peor que un resfriado.

Es especialmente perjudicial para las personas con afecciones de larga duración y puede provocar enfermedades graves e incluso la muerte.



¿Qué es lo más importante que debo recordar?

La gripe es imprevisible y altamente infecciosa.

Se prevé que este invierno sea peor que en años anteriores.

Recuerda cubrirte la boca y la nariz al toser o estornudar y lavarte las manos con frecuencia.