

¡Derribemos mitos!

¡Infórmese sobre la gripe!

1. "Si no estoy cerca de personas enfermas, no me enfermaré de gripe".
¡Falso!

Una persona puede ser portadora de la gripe y no estar enferma.

2. "Si se vacuna contra la gripe, contraerá la enfermedad". **¡Falso!**

La vacuna antigripal solo contiene el virus de la gripe inactivo. **Una vacuna contra la gripe no puede contagiar la enfermedad.**

3. "La vacuna contra la gripe duele y causa malestar físico". **¡Falso!**

Solo sentirá un pinchazo. Es posible que sienta un poco de irritación, dolor o incluso fiebre. **La mayoría de las personas no experimentan ningún síntoma.**

4. "El año pasado recibí la vacuna antigripal; por lo tanto, ya no la necesito". **¡Falso!**

El virus de la gripe cambia todos los años.

5. "No me vacuné en octubre. Ahora es demasiado tarde". **¡Falso!**

Vacúnese contra la gripe lo antes posible entre los meses de octubre y marzo.

¡Vacúnese contra la gripe!

¡Todos podemos contraer gripe! **¡No olvide vacunarse contra la gripe todos los años!**



Para ver el video completo y obtener más información <http://ddssafety.net/health/preventive-health/fighting-flu-and-pneumonia>

¡Evite la gripe!

¡Vacúnese ya!



CALIFORNIA DEPARTMENT OF DEVELOPMENTAL SERVICES



¿Qué es la vacuna contra la gripe?

La vacuna contra la gripe es la mejor manera de protegerse de la influenza (gripe). La gripe es una enfermedad contagiosa que puede provocar serias complicaciones en la salud, hospitalización e incluso la muerte.

¿Quiénes necesitan la vacuna antigripal?

- **A partir de los 6 meses todas las** personas deberían vacunarse contra la gripe.
- **Las personas expuestas a factores de riesgo tales como asma, diabetes o cardiopatías** deberían vacunarse.

¿Quiénes no deben recibir la vacuna?

Las personas alérgicas al huevo de gallina o que ya han presentado reacciones adversas a la vacuna antigripal.



¿En qué momento vacunarse?

- **Vacúnese contra la gripe lo antes posible, entre octubre y marzo.**
- **¡Es importante vacunarse contra la gripe todos los años!** El virus de la gripe cambia constantemente.

¿Qué sucede después de vacunarse?

- Las personas que se vacunan contra la gripe **no** contraerán la enfermedad.
- Al recibir la vacuna antigripal solo sentirá **un pequeño pinchazo.**
- Después de vacunarse contra la gripe, es posible que se sienta dolorido o afiebrado por aproximadamente 24 h. **La mayoría de las personas no experimentan ningún síntoma.**
- Para obtener más información sobre las vacunas, visite DDS SafetyNet:
<http://ddssafety.net/health/preventive-health/fighting-flu-and-pneumonia>

¿Dónde puede recibir la vacunación?

Para vacunarse contra la gripe, puede consultar:

- **A su médico**
- **Al departamento de salud de su condado**
- **En farmacias** (como Walgreens o CVS)
- **En una tienda de comestibles** (como Safeway, Target, Vons, Costco, or Walmart)

Visite <http://vaccine.healthmap.org/>

para encontrar dónde le pueden administrar la vacuna.

Cómo puedo pedir un turno para recibir la vacuna antigripal?

- **Llame al departamento de salud de su condado o a una farmacia o tienda de alimentos cercana** para consultar cuándo administran vacunas antigripales.
- **Solicite un turno en el consultorio de su médico.**

¿Dónde más puedo obtener información?

- **Llame a su coordinador de servicios del centro regional** y pregúntele dónde puede acudir para recibir la vacuna.
- **Consulte en su compañía de seguro de salud** si su plan incluye la vacuna contra la gripe.

