

Todo lo que necesita saber acerca de las diferencias entre la gripe H1N1 y la gripe estacional

La gripe estacional

¡No espere para vacunarse!

Si me vacuno pronto contra la gripe estacional, ¿esa vacuna seguirá siendo eficaz para protegerme contra la gripe durante toda la estación?

Sí. Independientemente de qué tan pronto se vacune contra la gripe estacional, usted seguirá estando protegido de la gripe estacional durante toda la estación. La vacunación puede comenzar tan pronto como la vacuna esté disponible, a finales de agosto o en septiembre. El objetivo es que todas las personas, en especial aquellas que corran un riesgo mayor de sufrir complicaciones a causa de la influenza, se vacunen contra la gripe estacional antes de que comience a registrarse actividad de la influenza en su comunidad. En la actualidad, se han reportado niveles de actividad de la influenza en Missouri y Kansas, así que mientras más pronto reciba la vacuna contra la gripe estacional, mejor.

¿La vacuna contra la gripe estacional también protege contra la influenza H1N1?

NO. Como la cepa H1N1 de la influenza o gripe A era desconocida hasta ahora, la vacuna contra la gripe estacional no le proporcionará protección contra ella. Para poder estar completamente protegido esta estación, tendrá que recibir otra vacuna distinta contra el virus H1N1.

La gripe H1N1

¿Esta vacuna es para usted?

La nueva vacuna contra la influenza H1N1 estará disponible a partir de mediados del mes de octubre. Tarde o temprano, todos deberán vacunarse, pero al principio la disponibilidad de la vacuna se limitará a las personas que estén incluidas en los siguientes grupos prioritarios. El gobierno federal definió estos grupos con base en quiénes corren el mayor riesgo de enfermar de gravedad a causa del virus H1N1:

- Mujeres embarazadas
- Personas que cuidan o están en contacto directo con bebés menores de seis meses de edad
- Niños y adultos jóvenes con edades comprendidas entre los seis meses y los 24 años de edad
- Personal sanitario
- Personas con edades comprendidas entre los 25 y 64 años y que padecen alguna enfermedad de alto riesgo

Lo que puede hacer

Cómo reducir la propagación de la gripe

Al igual que ocurre en el caso de cualquier otro virus de influenza, usted puede ayudar a reducir la propagación de la gripe H1N1 y de la gripe estacional si toma las siguientes medidas:

- Lávese bien las manos con jabón y agua tibia o utilice un desinfectante para manos a base de alcohol a fin de eliminar la mayor cantidad de gérmenes. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Si enferma, permanezca en casa para evitar contagiar la enfermedad a sus compañeros de trabajo y amigos.
- Cuide su salud: siga una dieta equilibrada, tome abundante agua, haga ejercicio y descanse lo necesario.
- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable o la manga a la altura del codo y deseche de forma apropiada los pañuelos usados.

Obtenga más información en
PrepareMetro  .org