

# Temas de conversación sobre la vacuna contra la gripe

---

- **La gripe es una enfermedad grave** que puede hacer que las personas falten al trabajo, no puedan cuidar de su familia o que incluso tengan que hospitalizarse. En EE. UU., muchas personas mueren a causa de la gripe todos los años.
- **Vacunarse contra la gripe es la mejor forma de protegerse y proteger a su familia de esta enfermedad** al reducir a la mitad los riesgos de enfermarse de forma grave.
- **La vacuna contra la gripe es segura y eficaz.** Millones de personas se la aplican todos los años para mantenerse sanos.
- **Solo tardará unos minutos en administrarse la vacuna contra la gripe y el costo será bajo o no tendrá costo.** En Oregón, puede vacunarse en la mayoría de los consultorios de proveedores de atención médica y las farmacias locales. Aunque no tenga seguro, hay lugares a los que puede acudir donde no rechazan a nadie por no poder pagar la vacuna contra la gripe.
- **Todas las personas mayores de seis meses deben vacunarse contra la gripe,** incluidos niños, adultos y personas de edad avanzada. En el caso de los niños menores de dos años y las personas mayores de 65, es especialmente importante que se vacunen para disminuir el riesgo de tener una enfermedad grave.
- **Si no está vacunado, puede propagar la gripe** antes de tener algún síntoma.
- **Es importante vacunarse todos los años** porque el virus de la gripe cambia de un año a otro. Todos los años la vacuna se actualiza para atacar las cepas del virus que tienen más probabilidades de enfermarnos.
- **Es mejor vacunarse a principios del otoño, es decir, al comienzo de la temporada gripal.** Si no puede aplicarse la vacuna en otoño, debería hacerlo lo más rápidamente posible. Nunca es demasiado tarde para vacunarse contra la gripe.
- Incluso si nunca se ha enfermado de gripe, **al vacunarse puede ayudar a familiares y vecinos mayores a mantenerse sanos.**
- **Las personas con asma, diabetes o enfermedad cardíaca o pulmonar también corren un mayor riesgo** de enfermarse gravemente si no se vacunan contra la gripe.
- **La vacuna contra la gripe no puede provocarle gripe, y los efectos secundarios de la vacuna suelen ser leves y desaparecer rápidamente.** Algunos efectos secundarios son dolor de

cabeza o en el brazo y suelen durar solo uno o dos días.

- En Oregón, la vacuna está disponible en la mayoría de los consultorios de proveedores de atención médica y las farmacias locales; asegúrese de llamar para confirmar la disponibilidad y pida una cita si fuera necesario.
- **Para buscar una ubicación para recibir la vacuna contra la gripe, llame al 211 o visite [VaccineFinder.org](https://www.vaccinefinder.org).**
- **Si tiene preguntas sobre la vacuna contra la gripe, llame a su proveedor de atención médica.**

## Vacuna contra la gripe + temas de conversación de la COVID-19

---

- **La vacuna contra la gripe es aún más importante este año, ya que la COVID-19 está enfermando a más personas.**
- **Aunque durante la pandemia se quede principalmente en su casa**, igualmente puede engriparse y propagar el virus. La vacuna ayuda a conservar la salud de la familia.
- **Las personas que son más propensas a enfermarse gravemente de COVID-19 también tienen más probabilidades de enfermarse seriamente de gripe.** Muchos de nosotros tenemos seres queridos que corren un riesgo alto de enfermarse con gravedad si se exponen a la COVID-19.
- Esta temporada la prevención de la gripe fortalecerá nuestro sistema de atención médica. Cuando se vacuna contra la gripe, ayuda a que los niños muy pequeños, los adultos mayores y las personas con enfermedades crónicas no tengan que ir al hospital, y esto permite que los trabajadores de atención médica se enfoquen en las personas que necesitan un tratamiento urgente.