



Preguntas frecuentes sobre la gripe y el COVID-19

(10-06-2021)

P: ¿Cómo fue la temporada de gripe el año pasado?

La temporada 2020-21 fue un año sin precedentes con un récord bajo de casos de influenza. Se realizaron pruebas de gripe a miles de personas pero solo un puñado de ellas dio positivo en el virus. En Oregon se observaron muy pocas hospitalizaciones por gripe durante toda la temporada; normalmente se observan cientos. “[Flu Bites](#)” del Oregon Health Authority, OHA (<https://www.oregon.gov/oha/ph/diseasesconditions/communicabledisease/diseasesurveillancedata/influenza/pages/surveil.aspx>) provee actualizaciones semanales sobre los casos de gripe en Oregon.

P: ¿Por qué los proveedores de atención médica están tan preocupados acerca de la temporada de gripe de este año durante la pandemia de COVID-19?

En primer lugar, algunas personas pueden creer erróneamente que, si están vacunadas contra el COVID-19, también están protegidas contra la gripe y no necesitan la vacuna contra esta. La vacuna contra el COVID-19 no es efectiva contra la gripe, ni la vacuna contra la gripe es efectiva contra el COVID-19.

Además, el año pasado, la pandemia obligó a los estudiantes de Oregon a asistir a la escuela por medio del aprendizaje a distancia o una educación híbrida con educación a distancia y educación presencial limitada, este año, las escuelas han vuelto a la educación presencial por completo (los empleados de las escuelas y estudiantes aún deben usar cubrebocas en interiores). El agente de transmisión mayoritario de la influenza durante la temporada de gripe son los niños en edad escolar.

Por último, como la mayoría de los niños asistían a la escuela a través de la educación a distancia desde el hogar, no estaban expuestos a muchos tipos de influenza que suelen circular cada temporada de gripe pero que no los enferman, que pueden hacerlos más propensos a enfermedades más graves a causa de la gripe.

P: ¿Prevén que haya más gripe este año porque los niños regresaron a la educación presencial?

Este año, pueden haber los brotes epidémicos de gripe típicos en las escuelas. Pero una gran diferencia entre la gripe y el COVID-19 es que es probable que no contagies la gripe hasta que presentes síntomas, mientras que muchas personas con COVID-19 son asintomáticos.

En el pasado, algunas familias hubieran permitido que sus niños asistan a la escuela con síntomas leves de gripe, pero la preocupación por el COVID-19, que comparte algunos de los síntomas con la gripe (fiebre, tos, dolor de garganta), hacen que esto sea más difícil a causa de los protocolos de seguridad contra el COVID-19 implementados por las escuelas. Además, se requiere que los empleados de las escuelas y estudiantes utilicen cubrebocas en interiores en todo momento, lo que debería limitar la transmisión de influenza.

P: ¿Se puede recibir una vacuna contra la gripe al mismo tiempo que una vacuna contra el COVID-19? ¿Se sobrecarga el sistema inmunitario del cuerpo si se hace eso?

Se puede recibir una vacuna contra la gripe al mismo tiempo que una vacuna contra el COVID-19. Si recibió una vacuna contra el COVID-19 la semana pasada, no hay razón por la que no pueda recibir una vacuna contra la gripe esta semana. No hay restricciones al respecto.

Es importante recordar que los niños reciben varias vacunas contra enfermedades prevenibles de manera rutinaria, que incluyen difteria, tétanos, tos convulsa, poliomielitis, varicela, sarampión, paperas, rubéola y hepatitis. Todas esas vacunas, administradas a la vez, no suprimen su sistema inmunitario o los hace más susceptibles a la enfermedad. Es mucho menos esfuerzo para el sistema inmunitario recibir la vacuna que contraer la enfermedad. Lo mismo ocurre con el COVID-19 y la gripe; es mejor recibir las vacunas que contraer las enfermedades.

P: ¿Qué debo saber sobre los síntomas de COVID-19 y gripe?

Hasta que sepa si tiene gripe o COVID-19, es importante responder de la misma manera ante los síntomas que ambos virus comparten. Si tiene fiebre, tos y dolor de garganta, debe quedarse en casa en vez de ir al trabajo o escuela, use un cubrebocas, manténgase a distancia de otros y realícese pruebas, asimismo contacte a su proveedor de atención médica si sus síntomas se agravan. Los dos virus comparten los síntomas como también las medidas para prevenir su propagación a otras personas.

P: ¿Si uno se enferma de gripe, es más propenso a contraer el COVID-19?

No, son virus distintos y mientras comparten algunos síntomas (fiebre, tos, dolor de garganta), padecer uno no lo hace más propenso a contraer el otro. Es igual de fácil contraer el COVID-19, se haya tenido gripe o no.

P: ¿Es posible contraer ambos virus al mismo tiempo? ¿Sería eso una situación horrible?

En 2020, cuando el COVID-19 empezó a propagarse, Oregon tenía algunos casos de gripe tardíos y hospitalizaciones aun después del comienzo de la pandemia. Ambos pueden circular al mismo tiempo y hubieron algunos casos de personas con pruebas positivas para los dos. Sin embargo, no hay mucha información disponible sobre los efectos en la salud de “coïnfecciones” de gripe y COVID-19. La mejor manera de prevenir esto es vacunarse contra ambos virus.

P: ¿Qué sabemos sobre la gripe del otro lado del mundo? ¿Cómo fue su temporada de gripe?

No hay nada extraordinario en la información del hemisferio sur. No ha aparecido una nueva cepa de gripe y ha sido una temporada leve de gripe en lugares como Nueva Zelanda y Australia. La gravedad de cualquier temporada de gripe depende de cuántas personas son vacunadas, si las personas permanecen en sus hogares cuando enferman y cuántas personas utilizan protectores faciales cuando están en público.

P: El año pasado, como no teníamos la vacuna contra el COVID-19, hubo un gran apremio para obtener la vacuna contra la gripe. Ahora que tenemos ambas, ¿sigue siendo importante inmunizarse contra la gripe?

Sí. Por supuesto, es igual de importante vacunarse contra la gripe este año. No quiere evitar contraer COVID-19 por medio de la vacuna solo para padecer gripe porque no se vacunó contra ella.

La gripe puede saturar los hospitales al igual que el COVID-19. Durante la mayoría de las temporadas de gripe, hay muchos casos en el estado y hasta algunas muertes, en especial entre niños jóvenes y adultos mayores. Asimismo, la gripe puede tener un efecto devastador en una población muy poco vacunada.

P: ¿Cuál es la recomendación usual sobre quién debe recibir la vacuna contra la gripe?

Todos los mayores de 6 meses deben recibir la vacuna contra la gripe, en especial aquellos que son muy jóvenes, muy mayores o tienen afecciones crónicas como una enfermedad cardíaca o diabetes. Además, las embarazadas deben vacunarse ya que los niños menores de 6 meses no pueden recibir la vacuna contra la gripe. También, cuando una embarazada se vacuna, significa que no solo ella evita complicaciones serias durante el embarazo, sino que también le transmite valiosos anticuerpos contra la gripe a su hijo por nacer. Este año, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) afirman que es muy importante para las embarazadas recibir ambas vacunas contra la gripe y el COVID-19 para protegerse ellas y sus hijos por nacer.

P: ¿Dónde puedo obtener más información sobre la influenza y la vacuna?

Visite [flu.oregon.gov](https://www.oregon.gov/oha/ph/preventionwellness/fluprevention/Pages/index.aspx)

(<https://www.oregon.gov/oha/ph/preventionwellness/fluprevention/Pages/index.aspx>) para obtener más información sobre la gripe y como recibir la vacuna contra la gripe.

Accesibilidad a los documentos: para las personas con discapacidades o personas que hablan un idioma que no es inglés, el OHA puede proporcionar información en formatos alternativos, como traducciones, letra grande o braille. Comuníquese con el Centro de Información de Salud llamando al 1-971-673-2411, TTY: 711, o bien, envíe un mensaje de correo electrónico a COVID19.LanguageAccess@dhs.oha.state.or.us.