

Preguntas frecuentes sobre la influenza (gripe)

Encuentre respuestas a preguntas frecuentes que se hacen en nuestros navegadores de servicios de salud HealthLinkBC 8-1-1 y a las enfermeras certificadas sobre la influenza. Sepa sobre cómo se propaga, cuánto tiempo se tarda en aparecer después de haber estado expuesto y qué síntomas buscar. Averigüe qué puede hacer para prevenirla, desde la vacunación hasta lavarse las manos. También puede obtener más recursos sobre [la influenza en nuestra sección de salud en nuestro sitio web](#).

Información general sobre la influenza

1. ¿Qué causa la influenza?

La influenza o “gripe” es una infección de la vía respiratoria superior, causada por un virus de influenza.

2. ¿Cuáles son los síntomas de la influenza?

Los síntomas de la influenza pueden incluir fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular, secreción nasal, dolor de garganta, fatiga severa y tos. Los niños también pueden presentar náuseas, vómitos o diarrea. A pesar de que algunas infecciones de otros virus pueden tener síntomas similares, los síntomas de la influenza suelen ser peores.

3. ¿Cómo se propaga la influenza?

La influenza se propaga con facilidad de persona a persona a través de la tos, estornudos o contacto directo. El virus también se puede propagar cuando una persona toca pequeñas gotas de la tos o estornudo de otra persona u objeto, y luego se toca los ojos, la boca o la nariz antes de lavarse las manos.

Una persona contagiada puede propagar el virus de la influenza incluso antes de sentirse mal. Un adulto puede propagar el virus desde aproximadamente 1 día antes hasta 5 días después del comienzo de los síntomas. Los niños pequeños pueden propagar el virus por un periodo más largo de tiempo.

4. ¿Cuánto tiempo se tarda en mostrar signos de influenza después de haber estado expuesto?

Los síntomas pueden aparecer aproximadamente de 1 a 4 días, o en un promedio de 2 días, después de que la persona se expone por primera vez al virus de la influenza. La fiebre y otros síntomas pueden durar usualmente de 7 a 10 días, pero la tos y la debilidad pueden durar 1 o 2 semanas más.

5. ¿Cuál es el tratamiento casero para tratar la influenza?

Si se enferma de influenza, el tratamiento casero puede aliviar los síntomas. Siga los consejos de cuidado personal a continuación:

- Descanse mucho
- Beba fluidos adicionales para recuperar aquellos perdidos con la fiebre
- Evite fumar y pídale a los demás que no fumen en casa
- Respire aire húmedo de una ducha caliente o de un lavabo lleno de agua caliente para ayudar a destapar la nariz constipada
- Los medicamentos o antivirales contra la influenza están disponibles con prescripción médica. Debe comenzar a tomarlos dentro de las 48 horas del comienzo de sus síntomas para un mejor funcionamiento. Si los toma dentro de las primeras 12 horas, acortarán los síntomas en 3 días aproximadamente. Si los toma dentro de los 2 días del comienzo de los síntomas, estos se acortarán en 1,5 días aproximadamente.
- Los medicamentos de venta libre para la tos y el resfriado están disponibles para aliviar los síntomas de la influenza. Estos medicamentos no son recomendables para niños de menos de 6 años de edad.

6. ¿Cómo puede prevenir la influenza?

Puede reducir el riesgo de contraer influenza o de propagarla a otros al:

- Lavarse las manos de manera regular
- Lavar y desinfectar objetos y superficies que muchas personas toquen
- Desechar inmediatamente los pañuelos usados en el cesto de basura o en el basurero
- Toser y estornudar en la manga de su camisa en lugar de hacerlo en las manos
- Quedarse en casa cuando esté enfermo
- Recibir una vacuna contra la influenza

Recibir una vacuna contra la influenza puede ayudar a prevenir que se enferme de dicho virus y de que lo propague a otras personas.

7. ¿Cuáles son algunos riesgos o complicaciones de la influenza?

La influenza puede causar enfermedades graves y puede conducir a la hospitalización e incluso la muerte. Una persona con influenza está en riesgo de contraer otras infecciones, incluyendo la neumonía viral o bacteriana, que es una infección de los pulmones.

Los niños pequeños y los ancianos son especialmente vulnerables y corren un alto riesgo de contraer una enfermedad grave a partir de la influenza. Si usted está embarazada o tiene ciertas afecciones médicas, también está en mayor riesgo.

Para las personas con enfermedades crónicas, la influenza puede conducir a la neumonía, fallas respiratorias y otras complicaciones.

8. ¿Cuándo debería consultar a un proveedor de atención médica?

Consulte a su proveedor de atención médica temprano si desarrolla síntomas parecidos a la gripe y padece una afección que lo pone en un mayor riesgo de sufrir complicaciones.

Llame a su proveedor de atención médica si desarrolla síntomas de infección bacteriana, tales como una tos nueva o peor con:

- Dolor de oídos
- Secreción nasal que cambia de incolora a teñida después de 7 o 10 días
- Fiebre persistente
- Tos con flema
- Dolor sinusal
- Dolor de garganta
- Mucosidad amarilla, verde oxidada o sanguinolenta

También debería llamar a su proveedor de atención médica si sus síntomas empeoran, como experimentar falta de aliento o dificultad para respirar, dolor de pecho o signos de deshidratación (como mareos cuando está de pie o producción urinaria baja).

Recomendaciones sobre las vacunas

1. ¿Cómo funcionan las vacunas contra la influenza?

Las vacunas contra la influenza funcionan creando anticuerpos en el cuerpo aproximadamente dos semanas después de recibirla. Estos anticuerpos proporcionan protección contra infecciones con los virus que conforman la vacuna.

Se necesita una vacuna anual contra la influenza ya que los virus de esta enfermedad están en constante cambio. Cada año, los virus utilizados para realizar la vacuna también cambian para protegerlo de los virus que circulen ese año. Además, la protección de la vacuna contra la influenza también disminuye con el tiempo.

2. ¿Quién debe recibir la vacuna contra la influenza?

El Comité Asesor Nacional de Inmunización de Canadá (Canada's National Advisory Committee on Immunization, NACI) recomienda que todas las personas mayores de 6 meses de edad reciban una vacuna contra la influenza. Las personas con mayor riesgo de sufrir enfermedades graves a partir de la influenza incluyen a los niños de 6 meses a menos de 5 años de edad y a los ancianos de 65 años o más. También tiene un riesgo mayor si está embarazada o sufre de ciertas afecciones médicas.

En la Columbia Británica (British Columbia, B.C.), la vacuna inactivada contra la influenza o la inyección contra la gripe es gratuita este año para las personas con mayor riesgo de sufrir de enfermedades graves a partir de la influenza. También se les proporciona gratis a las personas que puedan transmitir o propagar la influenza a aquellos con mayor riesgo de contraer enfermedades graves a partir de dicho virus y a otros grupos que proporcionan servicios básicos a la comunidad, tales como oficiales de la policía, bomberos y auxiliares de ambulancia. En este grupo también se incluye a los granjeros y a aquellos que trabajan con aves vivas.

Para saber más sobre quién es elegible para obtener una vacuna gratuita contra la influenza consulte: [archivo # 12d de HealthLinkBC, Vacuna desactivada contra la influenza \(gripe\)](#).

3. ¿Quién no debería recibir la vacuna contra la influenza?

Consulte a su proveedor de atención médica si usted:

- Tuvo una reacción potencialmente mortal a una dosis previa de la vacuna contra la influenza o a cualquier parte de la misma (las personas con alergias a los huevos pueden ser vacunadas de manera segura)
- Padeció de síndrome oculorespiratorio grave después de una inyección previa contra la gripe
- Desarrolló el síndrome de Guillain-Barré (GBS) dentro de las 8 semanas de recibir cualquier vacuna contra la influenza sin que se identificara otra causa.
- Está recibiendo un inhibidor de punto de control para tratar el cáncer. Esto puede afectar el momento en que usted reciba la vacuna.

4. ¿Mi hijo de menos de 6 meses de edad debería recibir la vacuna?

Los niños menores de 6 meses de edad no deben recibir la vacuna porque se desconoce si hace efecto a esta edad.

5. No me siento bien, ¿debería recibir la vacuna?

No hay necesidad de atrasar la inmunización por un resfriado u otras enfermedades leves. Sin embargo, si usted tiene preocupaciones, consulte a su proveedor de atención médica.

6. ¿Cuál es la Política de Prevención de la Influenza?

B.C. tiene una Política de Prevención de la Influenza para proteger del virus a las personas de alto riesgo. Los trabajadores de atención médica deben estar vacunados contra la influenza o deben utilizar una máscara cuando estén en áreas de atención al paciente durante la temporada de influenza. También se espera que los estudiantes, voluntarios y visitantes de los centros de atención médica y otros lugares de atención al paciente utilicen una máscara si no recibieron la vacuna contra la influenza.

Poblaciones en riesgo (niños, mujeres embarazadas, ancianos, personas con ciertas afecciones médicas)

1. ¿Puedo recibir la vacuna contra la influenza si estoy embarazada?

La vacuna inactivada contra la influenza o la inyección contra la gripe se considera segura en todas las etapas del embarazo. Si usted está en la segunda mitad del embarazo, corre un riesgo mayor de hospitalización por influenza, especialmente durante el tercer trimestre. Asimismo, en todas las etapas del embarazo, si tiene una afección médica crónica, usted corre un riesgo mayor de sufrir complicaciones graves a partir de la influenza y

debe vacunarse. Si está embarazada o tiene intenciones de quedar embarazada, debe recibir la vacuna inactivada contra la influenza o la inyección contra la gripe, que contiene virus de influenza muertos que no pueden causar infección.

2. ¿Puedo recibir la vacuna contra la influenza si estoy amamantando?

Es seguro que se amamante a los bebés después de que las madres hayan recibido la vacuna contra la influenza.

3. ¿Mi bebé de 3 meses puede recibir la vacuna?

Los niños menores de 6 meses de edad no deberían recibir la vacuna porque se desconoce si hace efecto a esta edad.

4. ¿Los ancianos deberían recibir la vacuna contra la influenza?

A medida que las personas envejecen, pueden tener un mayor riesgo de sufrir complicaciones a partir de la influenza. Por esta razón, se aconseja que los ancianos de 65 años de edad o más reciban una vacuna inactivada contra la influenza o una inyección contra la gripe cada año.

5. ¿Las personas con afecciones neurológicas o del desarrollo neurológico deberían recibir la vacuna contra la influenza?

Los niños y adultos con afecciones neurológicas y del desarrollo neurológico son grupos para los cuales se recomienda particularmente que se vacunen contra la influenza.

Aspectos de seguridad de la vacuna

1. ¿La vacuna contra la influenza es segura?

Las vacunas contra la influenza son seguras. La mayoría de las personas que reciben la inyección contra la gripe solo presentan enrojecimiento, dolor o inflamación en la zona donde se administró la vacuna. Algunas personas, especialmente aquellas que reciben la inyección por primera vez, pueden presentar dolor de cabeza, dolores musculares o fatiga.

2. ¿Es seguro recibir la vacuna contra la influenza si estoy embarazada?

La vacuna inactivada contra la influenza o la inyección contra la gripe se considera segura en todas las etapas del embarazo. Durante la segunda mitad del embarazo, corre un riesgo mayor de hospitalización por influenza, especialmente durante el tercer trimestre. Asimismo, en todas las etapas del embarazo, aquellas que padecen afecciones médicas crónicas, corren un riesgo mayor de sufrir complicaciones graves a partir de la influenza y deben vacunarse.

3. ¿Es seguro recibir la vacuna contra la influenza si estoy amamantando?

Es seguro que se amamante a los bebés después de que las madres hayan recibido la vacuna contra la influenza.

4. ¿Mi hijo o yo podemos recibir la vacuna si alguno de nosotros tiene un resfriado?

No hay necesidad de atrasar la inmunización por un resfriado u otras enfermedades leves. Sin embargo, si tiene preocupaciones, consulte a su proveedor de atención médica.

5. ¿Está bien recibir la vacuna si soy alérgico al huevo?

La mayoría de las personas con alergias pueden recibir una vacuna contra la influenza sin problemas. Sin embargo, si ha tenido una reacción alérgica grave a una dosis previa de la vacuna contra la influenza o a cualquier parte de la misma, consulte a su proveedor de atención médica. Es posible que necesite hacerse una prueba para detectar alergias antes de vacunarse. Las personas con alergia al huevo pueden ser vacunadas de manera segura con la vacuna inactivada contra la influenza.

Otras preguntas sobre la influenza y las vacunas contra la influenza

1. ¿Dónde puedo obtener la vacuna contra la influenza?

Puede recibir la vacuna contra la influenza en [centros de salud pública](#), centros de salud comunitarios, hogares de atención primaria, consultorios médicos, [clínicas de salud para viajeros](#) y farmacias (para los niños de 5 años de edad o más). Visite ImmunizeBC para [conseguir un centro de salud](#) cerca de usted.

2. ¿La vacuna contra la influenza es gratis?

En B.C., la vacuna contra la influenza es gratuita para las personas con mayor riesgo de sufrir de enfermedades graves a partir de la influenza (tal como los niños pequeños y los ancianos o quienes estén embarazadas o sufran de ciertas afecciones médicas), aquellos que puedan propagar la influenza a aquellos con mayor riesgo y personas que proporcionan servicios básicos a la comunidad. Para saber más sobre quién es elegible para obtener una vacuna gratuita contra la influenza consulte: [archivo # 12d de HealthLinkBC, Vacuna desactivada contra la influenza \(gripe\)](#).

3. Una vez vacunado, ¿cuánto tiempo toma la vacuna contra la influenza en hacer efecto?

Toma alrededor de 2 semanas que la vacuna haga efecto.

Enlaces útiles

HealthLinkBC

- [La Influenza \(HealthLinkBC Health Feature\)](#)
- [Por qué las personas de la tercera edad deberían recibir la vacuna desactivada contra la influenza \(gripe\) \(HealthLinkBC File # 12a\)](#)
- [Información sobre la influenza \(la gripe\) \(HealthLinkBC File #12b\)](#)
- [Inmunización contra la influenza \(gripe\): mitos y realidades \(HealthLinkBC File #12c\)](#)
- [Vacuna desactivada contra la influenza \(gripe\) \(HealthLinkBC File #12d\)](#)
- [Vacuna conjugada contra el neumococo \(Prevenar 13\) \(HealthLinkBC File #62a\)](#)
- [Vacuna neumocócica polisacárida \(HealthLinkBC File #62b\)](#)

BCCDC

- [La Influenza](#)

ImmunizeBC

- [La Influenza](#)
- [Preguntas frecuentes sobre las vacunas contra la influenza](#)

Gobierno de Canadá

- [La gripe \(Influenza\)](#)

Última actualización: octubre de 2019

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea www.HealthLinkBC.ca/healthfiles o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan emergencia), vea www.HealthLinkBC.ca o llame al número gratuito **8-1-1**. El número telefónico para personas sordas o con problemas de audición es el **7-1-1**. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.