



# Por qué las personas de la tercera edad deberían recibir la vacuna desactivada contra la influenza (gripe)

## Why Seniors Should Get the Inactivated Influenza (Flu) Vaccine

### ¿Qué deberían saber las personas de la tercera edad sobre la vacuna desactivada contra la influenza?

Las vacunas contra la influenza ayudan de una manera segura y efectiva a que las personas se mantengan sanas, a prevenir enfermedades e incluso a salvar vidas. A medida que las personas envejecen, pueden correr un mayor riesgo de sufrir complicaciones debido a la influenza. Por ello, se recomienda que las personas mayores, de 65 años o más, reciban una vacuna desactivada contra la influenza, o vacuna contra la gripe, cada año.

La vacuna desactivada contra la influenza se administra de manera gratuita a las personas de la tercera edad. Hable con su proveedor de asistencia sanitaria para recibir la vacuna contra la influenza.

La vacuna desactivada contra la influenza es segura. Contiene virus de la influenza muertos que no pueden causar la gripe. Las reacciones comunes a la vacuna pueden incluir enrojecimiento, dolor o hinchazón donde se administró la vacuna. Estas reacciones pueden durar 1 o 2 días.

Algunas personas podrían tener síntomas leves después de recibir la vacuna, especialmente aquellas que reciban la vacuna por primera vez. Entre los síntomas se pueden incluir fiebre, dolor de cabeza y dolor muscular. Pueden aparecer entre las 6 y las 12 horas después de la vacunación y desaparecer entre las 24 y las 48 horas posteriores. La gravedad y la duración de estos síntomas es menor si se compara con una infección por influenza.

### ¿Cuándo deben recibir la vacuna contra la influenza las personas de la tercera edad?

Es importante que las personas de la tercera edad reciban la vacuna contra la influenza antes de que comience la temporada de gripe.

En B.C., las vacunas contra la influenza suelen estar disponibles en octubre. Para obtener la mejor protección, debe tratar de recibir la vacuna contra la influenza lo antes posible. Esto permite que el cuerpo tenga el tiempo suficiente (unas 2 semanas) para desarrollar inmunidad antes del comienzo de la temporada de gripe. Generalmente, esta inmunidad dura toda la temporada de gripe, que normalmente termina en abril.

Además de la vacuna contra la influenza, las personas de la tercera edad deberían recibir la vacuna contra la enfermedad neumocócica. La vacuna neumocócica protege contra infecciones del cerebro, el torrente sanguíneo, los pulmones y el oído. No es peligroso recibir la vacuna contra la influenza y la vacuna neumocócica a la vez. La mayoría de las personas sólo necesitan 1 dosis de la vacuna neumocócica y no tendrán que recibir una dosis de refuerzo.

Para obtener más información sobre la infección neumocócica y la vacuna, consulte [HealthLinkBC File #62b Vacuna neumocócica polisacárida](#).

### Inmunización contra la influenza para los cuidadores

Se alienta y se proporciona la vacuna contra la influenza de manera gratuita a los familiares, cuidadores y a las personas que tengan contacto en el hogar con personas de la tercera edad.

### ¿Quién no debe recibir la vacuna contra la influenza?

Hable con un proveedor de asistencia sanitaria si:

- Ha tenido una reacción potencialmente mortal a una dosis anterior de la vacuna contra la influenza, o a cualquier componente de la vacuna. Las personas alérgicas al huevo pueden recibir la vacuna contra la influenza sin peligro
- Ha tenido un caso grave de síndrome óculo-respiratorio (ojos rojos y tos o dolor de garganta o

ronquera) después de recibir una vacuna contra la influenza anterior

- Ha desarrollado el síndrome de Guillain-Barré (SGB) en un plazo de 8 semanas después de recibir cualquier vacuna contra la influenza sin que se haya identificado otra causa

El SGB es una afección médica poco común que puede resultar en debilidad y parálisis de los músculos del cuerpo. Ocurre con mayor frecuencia después de una infección, pero en raras ocasiones también puede ocurrir después de recibir algunas vacunas. El SGB se puede asociar con la vacuna contra la influenza en alrededor de 1 de cada millón de receptores.

## ¿Qué es la influenza?

La influenza es una infección de las vías respiratorias altas causada por el virus de la influenza.

Entre los síntomas se pueden incluir fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular, goteo nasal, dolor de garganta, fatiga extrema y tos. Aunque algunas infecciones causadas por otros virus pueden tener síntomas similares, aquellas causadas por el virus de la influenza tienden a ser peores.

## ¿Cómo se puede prevenir la influenza?

Puede reducir el riesgo de contraer o transmitir la influenza a otras personas:

- Lavándose las manos con regularidad
- Tirando inmediatamente los pañuelos de papel usados a la papelera o a la basura
- Tosiendo y estornudando en la manga de su camisa en vez de en sus manos
- Quedándose en casa cuando esté enfermo
- Recibiendo una vacuna contra la influenza

## ¿Cómo se transmite la influenza?

La influenza se transmite fácilmente de una persona a otra al toser, estornudar o tener contacto cara a cara. El virus también se puede contagiar cuando una persona toca pequeñas gotas de tos o estornudo en otra persona u objeto y luego se toca sus propios ojos, boca o nariz antes de lavarse las manos.

Los síntomas pueden aparecer entre 1 y 4 días, o en un promedio de 2 días, después de que la persona haya estado expuesta por primera vez al virus de la influenza. La fiebre y otros síntomas generalmente duran entre 7 y 10 días, pero la tos y la debilidad pueden durar entre 1 y 2 semanas más.

Una persona infectada puede transmitir el virus de la influenza incluso antes de sentirse enferma. Un adulto puede transmitir el virus aproximadamente desde el primer hasta el quinto día después de que aparezcan los síntomas. Los niños pequeños y las personas con el sistema inmunitario debilitado podrían transmitir el virus durante más tiempo.

## ¿Qué tan grave es la influenza?

La influenza disminuye la capacidad del cuerpo para combatir otras infecciones. La neumonía bacteriana, que es una infección en los pulmones, es una de las complicaciones más comunes de la influenza, especialmente en personas mayores. La influenza también puede dar lugar a más complicaciones en personas con afecciones cardíacas, pulmonares u otros problemas de salud. En ocasiones, estas complicaciones pueden ser mortales.

## Para más información

Para obtener más información, consulte los siguientes archivos de HealthLinkBC:

- [HealthLinkBC File #12b Información sobre la influenza \(la gripe\)](#)
- [HealthLinkBC File #12c Inmunización contra la influenza \(gripe\): mitos y realidades](#)
- [HealthLinkBC File #12d Vacuna desactivada contra la influenza \(gripe\)](#)
- [HealthLinkBC File #12e Vacuna viva atenuada contra la influenza \(gripe\)](#)



ImmunizeBC



BC Centre for Disease Control  
An agency of the Provincial Health Services Authority

---

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://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 una emergencia), vea [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) o llame al número gratuito 8-1-1. El número telefónico de asistencia 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.