

## Preguntas frecuentes sobre la influenza (gripe)

Encuentre respuestas a preguntas frecuentes sobre la influenza (gripe). Conozca cómo se transmite, cuánto tardan en aparecer los síntomas después de la exposición al virus y cuáles son los síntomas a los que debe estar atento. Averigüe lo que puede hacer para prevenir la influenza, incluyendo la vacunación y el lavado de manos. También puede encontrar más recursos sobre la influenza en nuestro archivo de salud [Temporada de influenza \(gripe\)](#).

Visite [ImmunizeBC: Preguntas frecuentes sobre las vacunas contra la influenza](#) para obtener información acerca de la inmunización basada en pruebas y para encontrar respuestas a sus preguntas sobre la inmunización.

### Información general sobre la influenza

#### 1. ¿Qué causa la influenza (gripe)?

La influenza es una infección del sistema respiratorio causada por un virus de la influenza.

#### 2. ¿Cuáles son los síntomas de la influenza (gripe)?

Los síntomas de la influenza pueden ser de leves a graves, e incluyen fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular, goteo nasal, dolor de garganta, fatiga extrema y tos. Los niños también pueden tener náuseas, vómitos o diarrea. Aunque algunas infecciones causadas por otros virus pueden tener síntomas similares, los síntomas causados por el virus de la influenza tienden a ser más graves y empiezan de manera más abrupta.

#### 3. ¿Cómo se transmite la influenza (gripe)?

La influenza se transmite fácilmente de persona a persona a través de la respiración, la tos y los estornudos. El virus también se puede propagar cuando una persona toca pequeñas gotas procedentes de la tos o los estornudos en otra persona o en un objeto, y luego se toca los ojos, la boca o la nariz antes de lavarse las manos.

Una persona infectada puede transmitir el virus de la influenza incluso antes de sentirse enferma. Un adulto puede transmitir el virus aproximadamente desde un día antes hasta cinco días después de que aparezcan los síntomas. Los niños pequeños podrían transmitir el virus durante más tiempo.

#### 4. ¿Cuánto tiempo tardan en aparecer los signos de la influenza (gripe) después de haber estado expuesto al virus?

Los síntomas pueden aparecer entre uno y cuatro días, o en una media de dos días, después de que la persona haya estado expuesta por primera vez al virus de la influenza. La fiebre y otros síntomas pueden durar entre siete y diez días, pero la tos y la debilidad pueden durar entre una y dos semanas más.

#### 5. ¿Cuál es el tratamiento para la influenza (gripe) en casa?

Si se enferma de influenza, el tratamiento en casa puede ayudar a aliviar los síntomas. Siga estas recomendaciones de autocuidado:

- Descanse mucho
- Tome líquidos adicionales para reponer los que haya perdido por la fiebre
- Evite fumar y pídale a los demás que no fumen en casa
- Respire el aire húmedo de una ducha caliente o de un lavabo lleno de agua caliente para que le ayude a descongestionar la nariz taponada

Los medicamentos antigripales o antivirales están disponibles con prescripción. Para que estos funcionen mejor, debe tomarlos dentro de las 48 horas posteriores al inicio de los síntomas. Si los toma dentro de las primeras 12 horas, estos podrán acortar la duración de los síntomas en aproximadamente tres días. Si los toma dentro de dos días posteriores al inicio de los síntomas, estos se reducirán en aproximadamente un día y medio.

Hay medicamentos de venta libre para la tos y el resfriado que alivian los síntomas de la influenza. No se recomienda su uso para niños menores de 6 años de edad.

## **6. ¿Cómo prevenir la influenza (gripe)?**

Puede reducir el riesgo de contraer y transmitir la influenza a otras personas de la siguiente manera:

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

Recibir una vacuna contra la influenza es una buena forma de evitar que se enferme de influenza y que se la trasmita a los demás.

## **7. ¿Cuáles son algunos de los riesgos o complicaciones de la influenza (gripe)?**

La influenza puede ser leve, pero también puede causar una enfermedad grave y llevar a la hospitalización o incluso la muerte. Una persona con influenza corre el riesgo de contraer otras infecciones, incluyendo la neumonía viral o bacteriana, que es una infección de los pulmones.

Todo el mundo está en riesgo de enfermarse de la gripe, pero los niños pequeños y los ancianos son especialmente vulnerables y corren un mayor riesgo de enfermar de gravedad a causa de la influenza. También corre un riesgo muy alto si está embarazada o si padece alguna afección médica.

En personas con enfermedades crónicas la influenza puede resultar en neumonía, fallo respiratorio y otras complicaciones.

## **8. ¿Cuándo se debe acudir a un proveedor de asistencia sanitaria?**

Consulte a su proveedor de asistencia sanitaria sin demora si presenta síntomas similares a los de la gripe y padece una enfermedad que le pone en un riesgo muy alto de tener una enfermedad grave y complicaciones. También debe consultar a su proveedor de asistencia sanitaria si aparecen síntomas nuevos o que empeoran, como falta de aliento o dificultad para respirar, dolor en el pecho o signos de deshidratación (como mareos al ponerse de pie o baja producción de orina).

# Recomendaciones sobre las vacunas

## 1. ¿Cómo funcionan las vacunas contra la influenza (gripe)?

Las vacunas contra la influenza funcionan ayudando al organismo a reconocer el virus de la influenza mediante la creación de anticuerpos en el cuerpo aproximadamente dos semanas después de recibir la vacuna. Estos anticuerpos y otras partes de su sistema inmunitario proporcionan protección contra la infección en caso de que más adelante durante esa temporada quede expuesto al virus.

Se necesita una vacuna contra la influenza cada año debido a dos razones principales: los virus de la influenza están constantemente cambiando y la protección que la vacuna proporciona disminuye a lo largo del tiempo. Cada año se revisan los virus utilizados para fabricar la vacuna y se actualizan si es necesario. Esto le ayuda a protegerse contra los virus que con mayor probabilidad circularán durante ese año.

## 2. ¿Qué contiene la vacuna contra la influenza (gripe)?

La vacuna contra la gripe estacional para 2022-2023 protege contra cuatro virus de la influenza diferentes:

- Una cepa similar al virus A/Victoria/2570/2019 (H1N1)pdm09
- Una cepa similar al virus A/Darwin/9/2021 (H3N2) (NUEVA ESTA TEMPORADA)
- Una cepa similar al virus B/Austria/1359417/2021 (virus del linaje B/Victoria) (NUEVA ESTA TEMPORADA)
- Una cepa similar al virus B/Phuket/3073/2013 (virus del linaje B/Yamagata)

Hay varias vacunas desactivadas contra la influenza disponibles en BC. Las vacunas desactivadas están hechas de virus de la influenza muertos o de partes inactivas de los virus de la influenza y se administran mediante una inyección.

Otra vacuna contra la influenza, la vacuna viva atenuada contra la influenza (la vacuna en spray nasal, también conocida como LAIV o Flumist®) está hecha con virus de la influenza vivos debilitados y se administra mediante un spray o atomizador nasal. Está destinada a aquellos individuos elegibles de entre 2 y 17 años de edad (ambas edades incluidas).

Las vacunas contra la influenza financiadas con fondos públicos disponibles en B.C. para la temporada de influenza 2022-2023 incluyen:

- FLUZONE® QUADRIVALENT Vacuna inactivada cuadrivalente contra la influenza
  - Dirigida a personas de 6 meses a 64 años de edad
- FLUAD® - Vacuna inactivada trivalente contra la influenza (con adyuvante) (NUEVA ESTA TEMPORADA)
  - Dirigida a las personas mayores de 65 años que residen en la comunidad
- FLUZONE® HIGH-DOSE QUADRIVALENT Vacuna inactivada cuadrivalente de alta dosis contra la influenza
  - Dirigida a las personas de 65 años o más que viven en centros de atención a largo plazo, residencias asistidas y comunidades de las Primeras Naciones
- FLUMIST® - Quadrivalent Vacuna viva atenuada cuadrivalente contra la influenza

Dirigida a personas de 2 a 17 años de edad. Puede ofrecerse a las personas de 18 a 59 años que tengan fobia a las agujas y estén reticentes a recibir otra vacuna contra la influenza, siempre que el consentimiento informado incluya que la vacuna cuadrivalente inactivada contra la influenza (QIV) proporciona una mejor protección contra la influenza para este grupo de edad. Para obtener más información sobre la vacuna contra la influenza estacional de este año, visite [ImmunizeBC: La influenza y BC Centre for Disease Control \(Centro para el control de enfermedades de B.C.\): Uso previsto de las vacunas contra la influenza](#).

### **3. ¿Quién debe recibir la vacuna contra la influenza?**

Todas las personas de 6 meses en adelante deberían vacunarse anualmente contra la influenza (gripe), salvo raras excepciones.

La vacunación es especialmente importante para las personas que tienen un alto riesgo de padecer una enfermedad grave a causa de la influenza (como los niños pequeños, las mujeres embarazadas, las personas mayores y las personas con ciertas afecciones médicas) y aquellos que pueden transmitir o contagiar la influenza a quienes tienen un riesgo elevado. Este otoño e invierno, todos los habitantes de la Colombia Británica mayores de seis meses de edad pueden vacunarse contra la gripe de forma gratuita. Para obtener más información sobre la vacuna contra la influenza consulte [HealthLink BC File #12d Vacuna desactivada contra la influenza \(gripe\)](#).

### **4. ¿Quién no debe recibir la vacuna contra la influenza?**

Hable con su proveedor de asistencia sanitaria si:

- Ha tenido una reacción alérgica 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 una vacuna contra la influenza sin peligro)
- Contrajo el síndrome de Guillain-Barré (SGB) en un plazo de 6 semanas después de recibir cualquier vacuna contra la influenza sin que se haya identificado otra causa

### **5. ¿Debe mi hijo/a menor de 6 meses de edad recibir la vacuna?**

Los niños menores de 6 meses de edad no deben recibir la vacuna ya que no se ha demostrado que sea efectiva a esta edad y no se ha autorizado el uso de ninguna vacuna para este grupo de edad.

### **6. No me encuentro bien. ¿Debo recibir la vacuna?**

En general, es seguro vacunarse incluso si se está recuperando de una enfermedad. Sin embargo, quédese en casa si se está recuperando de una enfermedad que se puede transmitir de persona a persona, para no poner a otros en riesgo de infección al acudir a vacunarse.

### **7. ¿Qué es la política de prevención de la influenza?**

B.C. tiene una política de prevención de la influenza para proteger a las personas en alto riesgo de contraer la influenza. Entre las personas de alto riesgo se incluyen bebés, niños pequeños, mujeres embarazadas, personas mayores y personas con determinadas afecciones médicas.

Los trabajadores sanitarios tienen la obligación de vacunarse contra la influenza o llevar una mascarilla cuando estén en áreas de atención a pacientes durante la temporada de gripe. También se espera que estudiantes, voluntarios y visitantes a instalaciones de atención sanitaria y otros lugares de atención a pacientes lleven una mascarilla si no han recibido la vacuna contra la influenza.

## **Población de mayor riesgo (bebés, niños pequeños, mujeres embarazadas, personas mayores y personas con determinadas afecciones médicas)**

### **1. ¿Puedo recibir la vacuna contra la influenza (gripe) si estoy embarazada?**

Se considera que la vacuna desactivada contra la influenza, o vacuna antigripal, es segura en cualquier etapa del embarazo. Si está en la segunda mitad del embarazo o en una etapa más avanzada, tiene un mayor riesgo de ser hospitalizada por influenza, especialmente durante el tercer trimestre. Si está embarazada y padece de una enfermedad crónica, tiene un riesgo mucho mayor de padecer complicaciones graves por influenza y debería vacunarse. Si está embarazada o planea quedarse embarazada, debería recibir la vacuna desactivada contra la influenza hecha con virus de la influenza muertos o partes inactivas del virus de la influenza que no pueden causar infección.

### **2. ¿Puedo recibir la vacuna contra la influenza (gripe) durante el periodo de lactancia?**

Tomar la leche materna después de que las madres hayan recibido la vacuna contra la influenza no presenta ningún riesgo para los bebés.

### **3. ¿Puedo vacunar a mi bebé de tres meses de edad?**

Los niños menores de 6 meses de edad no deben recibir la vacuna ya que no se ha demostrado que sea efectiva a esta edad y no se ha autorizado el uso de ninguna vacuna contra la influenza para este grupo de edad.

### **4. ¿Deberían las personas de la tercera edad recibir la vacuna contra la influenza (gripe)?**

A medida que las personas envejecen, pueden tener un riesgo mucho mayor de sufrir complicaciones debido a la influenza. Por ello, se recomienda encarecidamente que las personas mayores de 65 años reciban cada año una vacuna desactivada contra la influenza.

### **5. ¿Deberían las personas con afecciones neurológicas o del neurodesarrollo recibir la vacuna contra la influenza (gripe)?**

Se recomiendan a los niños y adultos con afecciones neurológicas o del neurodesarrollo recibir la vacuna contra la influenza.

## **Seguridad de las vacunas**

### **1. ¿Es segura la vacuna contra la influenza (gripe)?**

Las vacunas contra la influenza son seguras. Puede experimentar enrojecimiento, dolor o hinchazón donde se administró la vacuna. Algunas personas, especialmente aquellas que reciben la vacuna por primera vez, pueden presentar dolor de cabeza, dolor muscular o fatiga.

### **2. ¿Podemos vacunarnos mi hijo/a o yo si alguno de los dos tiene un resfriado?**

En general, es seguro vacunarse incluso si usted o su hijo/a se está recuperando de una enfermedad. Sin embargo, quédese en casa si usted o su hijo/a se está recuperando de una enfermedad que se puede transmitir de persona a persona, para no poner a otros en riesgo de infección al acudir a vacunarse.

### **3. Tengo alergia al huevo, ¿puedo recibir la vacuna?**

Las personas alérgicas al huevo pueden recibir la vacuna desactivada contra la influenza sin peligro.

La mayoría de las personas con alergias pueden recibir la vacuna contra la influenza sin ningún problema. Sin embargo, si ha tenido una reacción alérgica grave a una dosis anterior de la vacuna contra la influenza o a cualquiera de sus componentes, consulte a su proveedor de asistencia sanitaria. Es posible que tenga que realizarse las pruebas de alergia antes de vacunarse.

## Otras preguntas sobre la influenza y las vacunas contra la influenza (gripe)

### 1. ¿Dónde puedo recibir la vacuna contra la influenza (gripe)?

Puede recibir la vacuna contra la influenza en farmacias, unidades de salud pública y consultorios médicos.

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLink BC, consulte [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles). Su unidad local de salud pública puede tener copias impresas que le pueden proporcionar.

### 2. ¿Es gratuita la vacuna contra la influenza (gripe)?

Este otoño e invierno, todos los habitantes de la Colombia Británica mayores de seis meses de edad pueden vacunarse contra la gripe de forma gratuita. Para obtener más información sobre la vacuna contra la influenza consulte [HealthLinkBC File #12d Vacuna desactivada contra la influenza \(gripe\)](#).

### 3. Una vez que reciba la vacuna contra la influenza (gripe), ¿cuánto tiempo tarda la vacuna en ser efectiva?

Toma aproximadamente dos semanas para que la vacuna sea efectiva.

## Enlaces de interés

### HealthLinkBC

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

### BCCDC

- [Influenza](#)

### ImmunizeBC

- [Influenza](#)

### Gobierno de Canadá

- [Gripe \(influenza\)](#)

Última actualización: octubre de 2022

---

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) 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.