Spanish - Number 12a
Influenza (Flu) Series - September 2023

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 riesgo mucho mayor de padecer enfermedades graves y de tener complicaciones debido a la influenza. Por ello, se recomienda que las personas mayores de 65 años reciban cada año una vacuna desactivada contra la influenza. Esta vacuna está disponible de forma gratuita. Puede encontrar información sobre cómo concertar una cita para recibir vacunas el sitio web del Gobierno de la Columbia Británica en www2.gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/immunizations/flu/sp.

La vacuna desactivada contra la influenza es segura. Contiene virus de la influenza muertos o partes de los virus que no pueden causar la influenza. Las reacciones comunes a la vacuna pueden incluir enrojecimiento, dolor o hinchazón donde se administró la vacuna.

Algunas personas podrían tener síntomas leves después de recibir la vacuna, especialmente aquellas que reciban la vacuna por primera vez. Entre otros síntomas se pueden incluir fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares y fatiga que pueden durar 1 o 2 días. 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 comenzando en octubre. Para obtener la mejor protección, debe tratar de recibir la vacuna 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 hay ningún problema en recibir la vacuna contra la influenza y la vacuna neumocócica a la vez. La mayoría de las personas solo necesitan una dosis de la vacuna neumocócica en su vida 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 y los contactos en el hogar

La vacuna contra la influenza se recomienda encarecidamente 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 una vacuna contra la influenza sin que se haya identificado otra causa

El SGB es una afección poco común que puede resultar en debilidad y parálisis de los músculos del cuerpo. Ocurre con mayor frecuencia después de una infección. En casos poco frecuentes, el SGB también puede ocurrir después de 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 del sistema respiratorio 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.

Los síntomas pueden aparecer entre uno y cuatro días, o en un promedio de dos días, después de la primera exposición 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.

Aunque algunas infecciones causadas por otros virus pueden tener síntomas similares, aquellas causadas por el virus de la influenza tienden a ser peores y con mayor riesgo de complicaciones.

¿Cómo se puede prevenir la influenza?

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 que las personas tocan
- 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

¿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 puede transmitirse si se tocan pequeñas gotas provenientes de la tos o un estornudo en otra persona u objeto, y luego se toca sus propios ojos, boca o nariz antes de lavarse las manos.

Se puede transmitir el virus de la influenza incluso antes de sentirse enfermo. Un adulto puede transmitir el virus aproximadamente desde un día antes hasta cinco días 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?

Además de hacer que uno enferme, a veces de manera grave, la influenza también reduce la capacidad del cuerpo para combatir otras infecciones. La neumonía bacteriana, 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)

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority