

ACABA CON LA GRIPE...



...ESTE AÑO SIN EXCUSAS
VACÚNATE

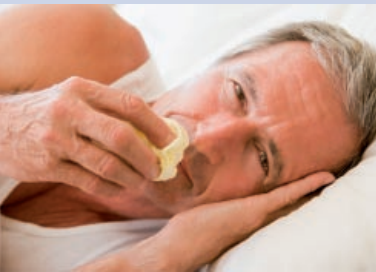
LA VACUNA ES LA ÚNICA FORMA DE PREVENIR LA GRIPE

DEBES SABER QUE:



LA GRIPE ES UNA ENFERMEDAD CONTAGIOSA causada por un virus y que afecta al aparato respiratorio.

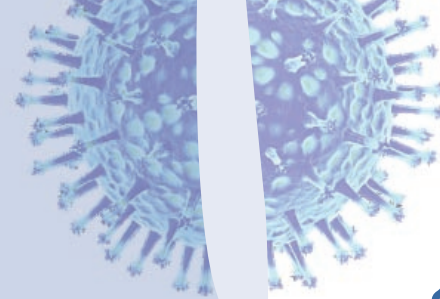
LA GRIPE SE PROPAGA a través de gotitas de saliva que contienen los virus de una persona infectada que, cuando tose, estornuda o habla, se depositan sobre la nariz y la boca de otra persona próxima.



LA GRIPE SE MANIFIESTA con fiebre, escalofríos, tos seca, dolor de garganta, congestión nasal, dolor muscular, malestar general, fatiga, dolor de cabeza.

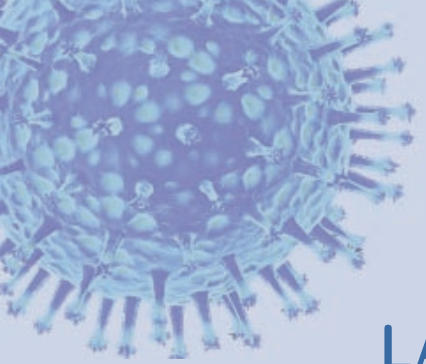


LA GRIPE TE OBLIGA a permanecer en casa un mínimo de 3 días y, aunque el restablecimiento se alcanza al cabo de 1-2 semanas, **PUEDE LLEGAR A SER UNA ENFERMEDAD GRAVE O PROVOCAR COMPLICACIONES EN SU ESTADO DE SALUD.**



¿ES LA GRIPE UNA ENFERMEDAD GRAVE?

- **LA GRIPE ES IMPREDECIBLE.** No se sabe la gravedad que va a causar de un año para otro y depende de varios factores, entre ellos:
 - a) El tipo de virus que se transmita ese año.
 - b) La cantidad de personas que se vacunen ese mismo año.
- Las epidemias anuales de GRIPE están asociadas a una importante tasa de hospitalizaciones y de mortalidad.
- En la temporada 2010/2011 se notificaron en España:
 - 1.618 CASOS GRAVES** hospitalizados confirmados por gripe.
 - EL **84%** de los **FALLECIDOS**, aun siendo personas de riesgo, **NO SE HABÍA VACUNADO.** El 89% presentaba algún factor de riesgo; de ellos, el 84% no había recibido vacuna antigripal esa temporada.



LA GRIPE PUEDE PROVOCAR COMPLICACIONES EN TU SALUD

La GRIPE no siempre desaparece al cabo de 1-2 semanas. A veces genera complicaciones importantes en la salud:

- **NEUMONÍA:** es la complicación más frecuente de una gripe.
 - En España, el 79% de los casos graves hospitalizados en 2010/2011 tuvieron neumonía.
 - Algunas bacterias pueden infectar al paciente, agravando aún más la neumonía.
- **OTITIS y SINUSITIS.**
- **BRONQUITIS.**
- **ENCEFALITIS.**

¿QUIÉNES DEBEN VACUNARSE?

- PRÁCTICAMENTE TODOS NOS BENEFICIAMOS SI NOS VACUNAMOS CONTRA LA GRIPE.
- LAS AUTORIDADES SANITARIAS PRIORIZAN Y TE GARANTIZAN EL ACCESO ANUAL A LA VACUNA A TRAVÉS DEL SISTEMA DE SALUD SI PERTENECES A ALGUNO DE ESTOS GRUPOS DE POBLACIÓN:



PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS:

- Si has cumplido los 60 o más años.



PERSONAS MENORES DE 60 AÑOS:

- Si tienes o has superado un cáncer.
- Si vives con un problema crónico de riñón, hígado o sangre.
- Niños mayores de 6 meses y adultos con patología respiratoria (p. ej.: asma o EPOC), patología cardiovascular o enfermedad metabólica (p. ej.: diabetes mellitus).
- Si resides en una institución cerrada.
- Si eres mujer y estás embarazada.

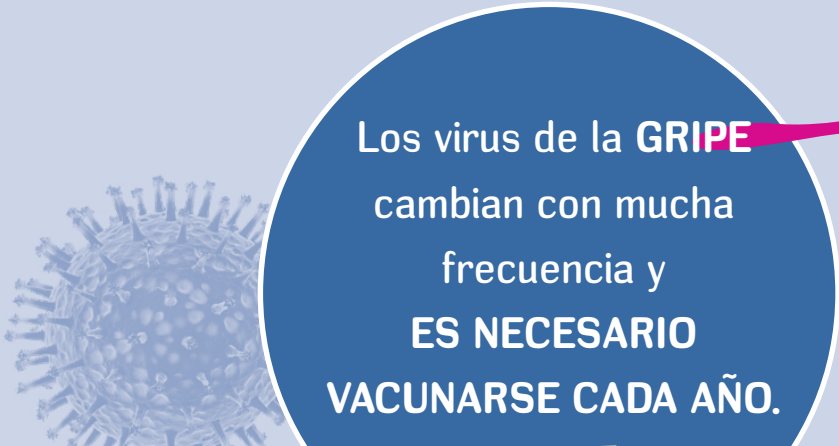
- O PORQUE PUEDES CONTAGIAR LA GRIPE A PERSONAS VULNERABLES...



- Si eres un profesional de la Sanidad.
- Si trabajas en una residencia o institución cerrada.
- Si asistes a domicilio o cuidas a personas incluidas en los grupos de riesgo.
- Si convives en tu hogar con alguna persona incluida en los grupos de riesgo.

PARA ACABAR CON LA GRIPE...

¡VACÚNATE!



Los virus de la **GRIPE** cambian con mucha frecuencia y **ES NECESARIO VACUNARSE CADA AÑO.**

Y recuerda que vacunándote contra la gripe **NO SOLO TE PROTEGES TÚ** sino que ayudas a impedir que la gripe se propague entre aquellos que te rodean, incluidos los más vulnerables (niños pequeños, personas mayores y enfermos crónicos).

- La vacuna antigripal está elaborada con virus inactivados; es decir, los virus están muertos, por lo que no es posible contraer la gripe por la administración de la vacuna.
- La vacuna antigripal es muy segura, y los efectos adversos son pocos y generalmente leves, que suelen desaparecer a las 24 h.
- Una vez administrada la vacuna, la protección contra la gripe se alcanza en 2 semanas, y mantendrá esa protección durante 1 año.

LA VACUNA ES LA ÚNICA FORMA DE PREVENIR LA GRIPE

¡VACÚNATE!

¡VACÚNATE!

Y ACABA CON LA GRIPE



LA VACUNA DE LA GRIPE TE PROTEGE
A TI Y A LOS QUE TE RODEAN

LA VACUNA ES LA ÚNICA FORMA DE PREVENIR LA GRIPE

¡VACÚNATE!



Sociedad Española
de Geriatria y Gerontología