



# MITOS Y REALIDADES SOBRE LA GRIPE

## La vacuna antigripal no puede provocar la gripe.

**VERDADERO:** La vacuna antigripal no puede causar la enfermedad de la gripe. Los virus de la vacuna están muertos (vacuna inyectable) o debilitados (vacuna en aerosol nasal).

## La gente debe vacunarse contra la gripe todos los años.

**VERDADERO:** Sí, por 2 razones. En primer lugar, cada año se fabrican nuevas vacunas contra la gripe y a menudo se mejoran para combatir los tres virus que, según las investigaciones, serán los más comunes. En segundo lugar, la inmunidad disminuye con el tiempo, por lo que se requiere una vacuna anual para estar protegido.

## La "gripe estomacal" y la gripe son lo mismo.

**FALSO:** La gripe estomacal también se conoce como enfermedad estomacal o intestinal. La gripe es una enfermedad respiratoria (pulmonar).

## La gripe generalmente se transmite a través de la tos y/o los estornudos.

**VERDADERO:** Sí, la gripe se transmite a través de la tos y los estornudos.

## Puede transmitir la gripe a otras personas antes de tener síntomas.

**VERDADERO:** La mayoría de los adultos sanos pueden contagiar la enfermedad a otras personas a partir de 1 día antes de la aparición de los síntomas y hasta 5-7 días después de enfermarse. Esto significa que puede contagiar la gripe a otra persona antes de saber que está enfermo, así como mientras lo está.

## Lavarse las manos es lo mejor que puede hacer para protegerse contra la gripe.

**FALSO:** Se recomienda que la vacuna antigripal es el primer paso para protegerse contra la gripe. Medidas como cubrirse la boca al toser y lavarse las manos con frecuencia son pasos vitales que pueden ayudar a detener la transmisión de gérmenes.

**Si Necesita Esta Información En Su Idioma O En Un Formato Diferente,  
Llame A L.A. Care Health Plan. El Número Está En El Reverso De Su Tarjeta.**