



Mitos y realidades de la gripe

1. Una vacuna contra la gripe no puede transmitirle esta enfermedad.

VERDADERO: La vacuna contra la gripe no puede causar esa enfermedad. Los virus de la vacuna se eliminan (inyectable) o se debilitan (vacuna nasal en aerosol).

2. La “gripe estomacal” y la influenza son lo mismo.

FALSO: “Gripe estomacal” es un término popular que hace referencia a una enfermedad estomacal o intestinal. La gripe es una enfermedad respiratoria (de los pulmones).

3. Las personas deben vacunarse contra la gripe una vez por año.

VERDADERO: Si, por dos razones. Primero, cada año se fabrican nuevas vacunas contra la gripe que están actualizadas para combatir los tres virus más comunes, según se estima en investigaciones. Segundo, la inmunidad disminuye con el tiempo, por lo que se necesita una vacunación por año para obtener la mejor protección.



4. Lavarse bien las manos es la mejor forma de protegerse contra la gripe.

FALSO: Vacunarse contra la gripe como primer paso, y el más importante, para evitar el contagio. Sin embargo, las acciones preventivas, como cubrirse la boca al toser y lavarse bien las manos, son pasos importantes de la vida cotidiana que ayudan a evitar la proliferación de los gérmenes.

5. La gripe se transmite principalmente por la tos y los estornudos.

VERDADERO: El virus de la gripe se transmite principalmente a través de las gotitas que se expulsan al toser y al estornudar.

6. La gripe no es una enfermedad grave.

FALSO: La gripe es una afección contagiosa grave que cada año causa enfermedades, hospitalizaciones relacionadas e incluso muertes en los Estados Unidos.

7. Puede contagiar de gripe a otras personas antes de sentir los síntomas usted mismo.

VERDADERO: La mayoría de los adultos pueden transmitir la gripe desde 1 día antes de que se desarrollen los síntomas hasta 5 o 7 días después de sentirse enfermo. Esto quiere decir que usted puede contagiar a otra persona tanto antes de saber que está enfermo como durante el transcurso de la gripe.

Para solicitar información en su idioma o en otro format, llame a L.A. Care al
1-888-839-9909 o al 711 para TTY.