

¡La vacuna antigripal de este año podría ser la más importante que alguna vez reciba!

La pandemia de COVID-19 puede hacer que la temporada de influenza (gripe) de este año sea más desafiante que nunca. Vacúnese contra la gripe pronto antes de que el virus de la gripe comience a propagarse en la comunidad. Protéjase y proteja a su familia, vecinos y compañeros de trabajo.

¿Por qué es tan importante vacunarse contra la gripe este año?

Es posible contraer tanto la gripe como la COVID-19. La vacuna antigripal puede:

- + Salvarle la vida. El año pasado, más de 35 millones de personas en los Estados Unidos se enfermaron de gripe, más de 490,000 fueron hospitalizados y más de 34,000 murieron de gripe.
- + Reducir el riesgo de enfermarse de gripe y necesitar ser ingresado en el hospital.
- + Reducir el riesgo de contraer enfermedades más graves y tener complicaciones si también contrae la COVID-19.

¿Quién debe vacunarse contra la gripe?

Todos los neoyorquinos deben vacunarse contra la gripe, pero especialmente:*

- + Los niños menores de 2 años.
- + Los adultos mayores de 65 años.
- + Las mujeres embarazadas o que dieron a luz recientemente.
- + Los residentes y el personal de residencias de ancianos.
- + Las personas con afecciones médicas como diabetes, asma, VIH, enfermedades renales y cardíacas.
- + Los adultos y las familias que viven en un vecindario de la ciudad de Nueva York muy afectado por la COVID-19.
- + Todos los trabajadores esenciales, especialmente los trabajadores de atención médica.

¿Cuál es la mejor manera de protegerse y proteger a otras personas de la gripe y de otras enfermedades respiratorias?

- + Vacunarse contra la gripe.
- + Lavarse o desinfectarse meticulosamente las manos de manera habitual.
- + Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- + Usar una mascarilla y asegurarse de que le cubra la nariz y la boca.
- + Si se siente enfermo, quedarse en casa y hacer una cita virtual de atención de urgencias con uno de nuestros médicos.
- + Hacerse una prueba para detectar la COVID-19: son gratuitas, seguras y confidenciales.

*Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)

La gripe y la COVID-19: conozca los datos

 GRYPE (INFLUENZA)	 COVID-19	 AMBAS
<ul style="list-style-type: none"> + Infección respiratoria causada por el virus de la influenza. + Las personas pueden ser contagiosas o propagar el virus de una persona a otra por 7 días. + Puede tratarse con medicamentos aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (<i>Food and Drug Administration, FDA</i>) que actúan sobre el virus de la gripe. + Puede evitarse con la vacuna antigripal. 	<ul style="list-style-type: none"> + Infección respiratoria causada por el coronavirus SARS-CoV-2. + Los síntomas pueden aparecer entre 2 y 14 días desde que se contrajo la infección. + Puede causar pérdida del gusto y olfato. + Puede causar coágulos sanguíneos en las venas y arterias de los pulmones, corazón, piernas o cerebro. + Puede provocar síndrome inflamatorio multisistémico en niños. + No hay ninguna vacuna disponible. 	<ul style="list-style-type: none"> + Enfermedades respiratorias contagiosas que pueden causar enfermedades graves y la muerte. + Se propagan a través de gotitas en el aire cuando la distancia de una persona que tiene el virus es menor de 6 pies y esta persona tose, habla o canta. + Se transmiten por los ojos, la nariz y la boca. + Las personas pueden ser contagiosas, incluso sin tener síntomas. + Síntomas: fiebre, escalofríos, tos, falta de aire, dificultad para respirar, fatiga, dolor de garganta, secreción y congestión nasal, dolor muscular, dolores corporales, dolor de cabeza, vómitos, diarrea. + Complicaciones: neumonía, disnea, insuficiencia respiratoria, septicemia, problemas cardíacos. + Es posible tener ambos virus al mismo tiempo. + El uso de cubiertas para la cara puede evitar la propagación. + Lavarse las manos con frecuencia puede evitar la propagación.

Las vacunas antigripales son seguras, rápidas y están disponibles a muy bajo costo o sin costo alguno en todas las ubicaciones de NYC Health + Hospitals en todos los distritos. ¡Vacúnese hoy mismo contra la gripe! Visite nychealthandhospitals.org o llame al 1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692) para encontrar una ubicación cerca de usted.

Viva su vida más saludable. **NYC HEALTH+ HOSPITALS**