

# Las realidades de la vacuna contra la gripe



Este material tiene la finalidad de ayudarle a entender las realidades sobre la vacuna contra la gripe.

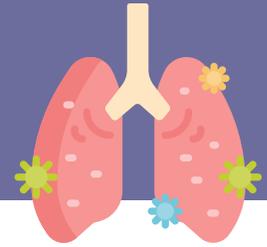
Mito	Realidad
Esta vacuna causa la gripe.	La vacuna contra la gripe se fabrica con un virus muerto o inactivado que no puede propagar la infección. Obtener la protección de la vacuna tarda entre una y dos semanas.
La vacuna contra la gripe es lo único que necesitamos para protegernos contra la gripe.	Hay otras medidas para protegernos durante la temporada de la gripe: <ul style="list-style-type: none"><li>• Evite el contacto con personas que tienen gripe.</li><li>• Lávese las manos frecuentemente.</li><li>• Si se expuso a la gripe antes de recibir la vacuna, considere tomar medicamentos que la combatan.</li></ul>
No es necesario ponerse la vacuna contra la gripe todos los años.	El virus de la gripe cambia (muta) cada año. Por lo tanto, es importante vacunarse cada año para poder adquirir protección contra las cepas que tengan mayor probabilidad de causar la gripe.
Las personas sanas no tienen que vacunarse.	Si bien es especialmente importante que las personas que tienen una enfermedad crónica (p. ej., enfermedad renal) se vacunen contra la gripe, la vacunación puede beneficiar a cualquiera, incluso a las personas sanas.
La vacuna contra la gripe tiene muchos efectos secundarios.	La inyección contra la gripe tiene uno de los mejores historiales de seguridad de cualquier vacuna. La queja más común es dolor y sensibilidad en el lugar de la inyección.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan vacunar a todas las personas a partir de los 6 meses de edad en Estados Unidos. Según los CDC, el riesgo de enfermarse gravemente por la gripe es mayor en las personas que tengan enfermedad renal crónica en cualquier etapa, que hayan recibido un trasplante de riñón o que reciban tratamiento de diálisis.

[www.health.harvard.edu/diseases-and-conditions/10-flu-myths](http://www.health.harvard.edu/diseases-and-conditions/10-flu-myths)  
[www.ucsfhealth.org/education/top-seven-flu-myths-debunked](http://www.ucsfhealth.org/education/top-seven-flu-myths-debunked)



# Las realidades de la vacuna contra la neumonía



La neumonía (también llamada “enfermedad neumocócica”) se transmite de persona a persona a través de la tos, los estornudos y el contacto cercano.

Mito	Realidad
La neumonía no es ni común ni grave.	La neumonía puede ser muy grave; de hecho, hace que 150,000 personas tengan que acudir al hospital cada año.
No hay vacuna contra la neumonía.	Hay dos tipos de vacunas que ayudan a proteger contra la neumonía. Consulte con su equipo de atención médica para saber cuál de ellas es la adecuada para usted.
Las vacunas contra la neumonía acarrearán riesgos.	Pueden producirse efectos secundarios, aunque la mayoría son leves, y no afectan las actividades diarias.
Solo los adultos mayores de 65 años están en riesgo de contraer neumonía.	Cualquier persona puede enfermarse de neumonía. Entre los grupos de alto riesgo cabe mencionar: <ul style="list-style-type: none"><li>• Los fumadores de cigarrillos</li><li>• Las personas que tienen ciertas afecciones o situaciones médicas crónicas, como diabetes, enfermedad renal y trasplante de riñón</li></ul>
No es necesario ponerse una inyección de refuerzo (“booster”).	Según la vacuna recibida, quizás sea necesario ponerse una vacuna de refuerzo después de un año y, luego, cada 5 años. Pida más información a su equipo de atención médica.

Los CDC recomiendan la vacuna contra la neumonía a los adultos de 19 a 64 años que tengan ciertas afecciones o situaciones médicas crónicas u otros factores de riesgo, tales como insuficiencia renal crónica y diabetes. Los CDC recomiendan la vacuna contra la neumonía a todos los adultos mayores de 65 años.

[www.nfid.org/infectious-diseases/pneumococcal-disease-myths-and-facts-for-consumers](http://www.nfid.org/infectious-diseases/pneumococcal-disease-myths-and-facts-for-consumers)



Este material fue preparado por el Centro de Coordinación Nacional de la Enfermedad Renal en Etapa Terminal (ESRD NCC, por sus siglas en inglés) en virtud de un contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés), un organismo del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos. El contenido no refleja necesariamente la política de los CMS ni implica el aval del Gobierno estadounidense. NW-ESRD NCC-NC2PFE-01202023-07

