

La vacuna es la mejor forma de protegerse contra la gripe



¿Sabía que la influenza, también conocida como gripe, es más peligrosa que un resfriado común para niños? La vacuna contra la gripe ofrece las mejores defensas y también puede reducir su propagación. Vacunarse puede reducir las visitas al médico y las ausencias a la escuela o al trabajo.¹ Además, es importante vacunarse contra la gripe este año mientras nos protegemos contra otros virus como el COVID-19. Aunque la vacuna contra la gripe no puede prevenir el contagio del COVID-19, puede ayudar a reducir los síntomas de la gripe, las hospitalizaciones o incluso la muerte, además de ahorrar recursos médicos para aquellos con COVID-19.

Recuerde que **cada año todos los niños entre los 6 y 59 meses de edad deben recibir una dosis de la vacuna contra la gripe entre el 1.º de julio y el 31 de diciembre** para asistir a la escuela, incluso si tienen clases a distancia. Cada año se encuentran nuevas cepas de los virus, es por eso que se debe administrar una vacuna contra la gripe que sea específica para esa cepa. Continúe leyendo para conocer más sobre la gripe, sus síntomas y cómo prevenir la propagación del virus.

¿Qué es la influenza?

La influenza es un virus. Es la más común durante los meses de otoño e invierno. Cada año, niños y adultos son hospitalizados o fallecen debido a complicaciones derivadas de la gripe. La mejor forma de proteger a su hijo contra la gripe es que reciba la vacuna contra la influenza.

¿Cuáles son los síntomas de la gripe?

La gripe puede manifestarse como:

- fiebre o escalofrío
- tos
- falta de aliento o dificultad para respirar
- fatiga
- dolor corporal o muscular
- dolor de cabeza
- dolor de garganta
- congestión nasal o secreción nasal
- náusea o vómito
- diarrea



La gripe y el COVID-19 son causados por virus diferentes que pueden tener síntomas similares. Quédese en casa y consulte a su médico para obtener un diagnóstico si su hijo o alguien en su hogar tiene estos síntomas.

La gripe se propaga de la siguiente manera:

- Contacto cercano, dentro de 6 pies de distancia, con una persona que está infectada.
- Partículas emitidas cuando una persona tose, estornuda, canta o habla.
- Tocarse la boca, la nariz o los ojos después de tocar una superficie que tenga el virus.

¹ Obtenga más información en los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention, CDC*): [La influenza y los niños](#)



El COVID-19 se propaga de la misma manera. Por esta razón es muy importante que se lave las manos a menudo con agua y jabón. Desinfecte frecuentemente las superficies en áreas de alto tráfico que son tocadas por personas para evitar la transmisión del virus. Considere ver este video del CDC con su hijo sobre [cómo lavarse las manos adecuadamente](#).

Vacunas: La clave para tener una familia saludable

Las vacunas preparan el sistema inmunitario para futuras exposiciones a virus o bacterias. Si el virus o bacteria que causa la verdadera enfermedad entra al cuerpo después de que su hijo reciba la vacuna, su sistema inmunitario responde rápidamente atacando la enfermedad para prevenir que su hijo se enferme.²

Incluso si su hijo recibió todas las vacunas requeridas el año pasado, debe consultar si necesita vacunas adicionales este año. Si necesita un referido para que su hijo reciba la vacuna contra la influenza u otras vacunas, comuníquese con el programa de su hijo. Ellos pueden hacer uso de sus asociaciones con hospitales de la comunidad o clínicas para ofrecer apoyo.

Los estudiantes ya no están exentos de los requisitos de vacunación debido a creencias religiosas. Los únicos estudiantes que no requieren vacunación, son aquellos con exenciones médicas.

Queremos que todos los estudiantes continúen asistiendo a los programas en un entorno seguro y saludable, donde puedan desarrollarse social y emocionalmente, y estén listos para aprender. Para ayudarnos a mantener nuestros programas seguros, vacune a su hijo hoy.

Recursos adicionales

- [Hoja informativa para padres sobre cómo combatir la gripe](#) del Departamento de Salud de la Ciudad de Nueva York en inglés y en [español](#)
- [¿Es gripe o COVID-19? \(Is It Flu or COVID-19?\)](#) (PDF)
Otros idiomas: [Русский](#) | [Kreyòl ayisyen](#) | [한국어](#) | [বাংলা](#) | [Italiano](#) | [Polski](#) | [العربية](#) | [Français](#) | [اردو](#) | [יידיש](#)
- [Lo que los neoyorquinos necesitan saber sobre las vacunas contra el COVID-19](#) (PDF)
Otros idiomas: [Español](#) | [Русский](#) | [繁體中文](#) | [简体中文](#) | [Kreyòl ayisyen](#) | [한국어](#) | [বাংলা](#) | [Italiano](#) | [Polski](#) | [العربية](#) | [Français](#) | [اردو](#) | [יידיש](#)
- [Folleto: Vacúnese contra el COVID-19](#) (PDF)
Otros idiomas: [Español](#) | [Русский](#) | [繁體中文](#) | [简体中文](#) | [Kreyòl ayisyen](#) | [한국어](#) | [বাংলা](#) | [Italiano](#) | [Polski](#) | [العربية](#) | [Français](#) | [اردو](#) | [יידיש](#)
- [Las vacunas de NYC H+H para niños salvan vidas](#) (NYC H+H Childhood Vaccines Save Lives)
- [Hoja informativa sobre COVID-19 Health Literacy Project creada en colaboración con Harvard Health Publishing](#) (disponible en varios idiomas)

² [Obtenga más información en la página web de la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos \(Vacunas para niños: una guía para padres y cuidadores\)](#)