

CIERRA LA PUERTA A LA GRIPE

CAMPAÑA DE VACUNACIÓN
DE LA GRIPE Y DEL NEUMOCOCO



DEL 27 DE SEPTIEMBRE
AL 29 DE OCTUBRE DE 2010

CIERRA LA PUERTA A LA GRIPE

DEL 27 DE SEPTIEMBRE AL 29 DE OCTUBRE

¿QUÉ ES LA GRIPE?

La **gripe** es una enfermedad infecciosa aguda altamente contagiosa producida principalmente por los virus Influenza tipo A y B. Se caracteriza por la aparición de los siguientes síntomas: comienzo brusco con escalofríos y fiebre, dolores musculares y articulares generalizados, dolor de cabeza, cansancio, malestar general, congestión nasal, faríngea y tos seca.

¿QUÉ ENFERMEDADES CAUSA EL NEUMOCOCO?

El neumococo es una bacteria que causa infecciones graves de los pulmones (neumonía), de la sangre (bacteriemia) y de las membranas que cubren el cerebro (meningitis).

¿SON ENFERMEDADES GRAVES?

La mayor parte de las personas que padecen gripe se recuperan en una semana sin necesidad de tratamiento o cuidado hospitalario. Sin embargo, en ocasiones, la gripe puede complicarse e incluso producir la muerte. Estas complicaciones son especialmente graves en personas de alto riesgo como los ancianos y enfermos crónicos que pueden sufrir una descompensación o reagudización de su patología.

La gripe durante el embarazo también puede causar complicaciones.

La **enfermedad neumocócica** puede causar la muerte en 1 de cada 20 personas con neumonía, 2 de cada 10 que padecen bacteriemia y 3 de cada 10 que contraen meningitis. Las personas con algún problema de salud tienen una probabilidad todavía mayor de morir por la enfermedad.

¿CÓMO SE TRANSMITE?

La gripe se transmite fácilmente por vía aérea a través de las gotitas que se eliminan al hablar, toser o estornudar. También puede transmitirse, con mucha menos frecuencia, por contacto directo con superficies contaminadas por el virus, por ejemplo, al tocar las manos de un enfermo y posteriormente llevarse las manos a la boca o a la nariz.

La infección por neumococo se transmite también por mecanismo directo de persona a persona, por vía respiratoria, como consecuencia de un contacto íntimo prolongado.

¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR?

La principal medida para prevenir la gripe y la enfermedad neumocócica es la vacunación.

La vacuna frente a la gripe sólo protege de la gripe que circula cada año, no de otras enfermedades víricas como el resfriado común.

La vacuna frente al neumococo protege frente a 23 serotipos de bacterias neumocócicas que cubren el 90% de la enfermedad invasora.

¿QUIÉNES DEBEN VACUNARSE?

En todas las personas incluidas en los siguientes grupos, la **vacuna contra la gripe** es recomendable y gratuita:

- Personas con edad **igual o superior a 60 años**, con o sin patología previa, institucionalizados o no.
- Residentes en instituciones cerradas (centros geriátricos, otros de atención a enfermos crónicos u otros).
- Adultos y niños (mayores de 6 meses) con **enfermedades crónicas** como:
 - Enfermedades pulmonares (asma, bronquitis crónica u otras).
 - Enfermedades del corazón (insuficiencia cardiaca, cardiopatías congénitas u otras).
 - Enfermedades metabólicas como la diabetes o la obesidad mórbida (Índice de Masa Corporal igual o superior a 40).
 - Enfermedades renales, hepáticas y otras.
 - Enfermedades que causan inmunodepresión (leucemia, linfoma, cáncer, infección por VIH y otras).
- Embarazadas en cualquier momento del embarazo, para proteger a la madre y disminuir el riesgo de contagio del niño tras el nacimiento.
- Disfunción Cognitiva (Síndrome de Down, demencias y otros).
- Personas que pueden transmitir la gripe a los grupos anteriores:
 - Trabajadores de centros sanitarios.
 - Trabajadores de servicios sociales.
 - Convivientes y cuidadores de personas con alto riesgo de desarrollar complicaciones.
 - Trabajadores de servicios esenciales para la comunidad (policías, bomberos, protección civil, trabajadores de instituciones penitenciarias y otros)
 - Trabajadores de granjas y mataderos de aves.
 - Personal docente de educación infantil y guarderías.

La vacuna de la gripe estacional este año protege contra el virus de la gripe A(H1N1)2009 pandémico, el virus A(H3N2) y el virus B.

Además la vacuna contra el **neumococo** se recomienda a los **60 años, así como a los mayores de esa edad que no la hayan recibido anteriormente**. Por otra parte, la vacunación está recomendada en adultos y niños mayores de 2 años que padeczan alguna enfermedad crónica de riesgo (pulmonar, excepto asma, cardio-vascular, renal y otras).

¿HAY QUE VACUNARSE TODOS LOS AÑOS?

El virus de la gripe cambia cada año y como consecuencia la vacuna también, por lo que es necesario vacunarse todos los años.

La vacuna contra el neumococo se administra generalmente una sola vez en la vida.

¿DÓNDE VACUNARSE?

En el centro de salud o lugar de vacunación habitual. Las personas residentes en instituciones cerradas podrán recibir la vacunación en esos centros.

¿CUÁNDO VACUNARSE?

Este año la campaña de vacunación contra la gripe se inicia el 27 de septiembre y finaliza el 29 de octubre.

¿SON SEGURAS LAS VACUNAS?

Sí. La vacuna contra la gripe se prepara con virus muertos por lo que no puede causar gripe. La vacuna contra el neumococo tampoco puede causar la enfermedad. En algunas ocasiones se pueden producir problemas leves como fiebre, molestias locales en el lugar de inyección, desapareciendo en pocos días.

La posibilidad de que ocurra una reacción grave tras la vacunación es extremadamente infrecuente y siempre mucho menor que las posibles complicaciones de la enfermedad.

Evita la transmisión de la gripe.

Si estás enfermo, evita contagiar a otras personas.

- **Protégete al toser:** cúbrete la boca y la nariz con un pañuelo o con la parte superior del brazo (no con las manos) cuando toses o estornudes.
- **Lávate las manos** después de toser o estornudar.
- No acudas a lugares cerrados (trabajo, colegio, guardería o lugares públicos) para evitar contagiar a otras personas.

En caso de padecer gripe se recomienda:

- Guardar reposo.
- Beber abundantes líquidos.
- Evitar el consumo de tabaco o alcohol.
- La gripe está causada por un virus, así que **los antibióticos no mejoran los síntomas ni aceleran la curación.**
- Se puede tomar medicación que mejore los síntomas, como analgésicos y antitérmicos.
- No debe darse aspirina a niños ni adolescentes.

Utiliza los servicios sanitarios de forma racional. En caso de precisar asistencia sanitaria puedes llamar al teléfono de la gripe **900 222 000**.

Ante cualquier duda, **consulta en tu centro de salud o lugar de vacunación habitual.**

Visita <http://www.salud.jcyl.es>