

Hoja informativa para pacientes: lo que debes saber sobre influenza (gripe), COVID-19 y virus respiratorio sincitial (VRS)

Cada año, millones de personas se enferman y miles necesitan atención hospitalaria o mueren por infecciones respiratorias causadas por virus. Las vacunas ayudan a prevenir esto o a disminuir su gravedad. Puedes reducir el riesgo de una infección respiratoria si te mantienes al día con las vacunas contra la influenza (gripe), el COVID-19 y el virus respiratorio sincitial (VRS).

¿Tienes mayor riesgo de enfermarte gravemente?

Se considera que tienes alto riesgo de sufrir un caso grave de influenza o COVID-19 si:

- tienes 65 años o más
- estás embarazada
- padeces ciertas condiciones médicas como obesidad, asma, diabetes o enfermedad cardíaca
- tienes un sistema inmunitario debilitado.

Se considera que tienes alto riesgo de sufrir un caso grave de VRS si:

- tienes 75 años o más, o
- tienes entre 60 y 74 años y vives en un centro de cuidados a largo plazo o padeces determinadas condiciones médicas, como:
 - diabetes
 - enfermedad cardíaca
 - obesidad
 - enfermedad renal.

Las vacunas te ayudan a arriesgar menos y hacer más.

Vacunarse contra la influenza (gripe) y el COVID-19 puede ayudarte a evitar enfermarte gravemente. Incluso si te enfermas después de vacunarte, es probable que tus síntomas sean leves. Las vacunas también son una forma más segura y confiable de fortalecer tu inmunidad en vez de contagiarte de un virus para generar inmunidad. Si aún no te has vacunado, necesitas una vacuna contra la influenza

(gripe) de la temporada 2024-2025 y una vacuna contra el COVID-19 de esta temporada 2024-2025. Las fórmulas de las vacunas contra la influenza (gripe) y el COVID-19 cambian para que puedan funcionar mejor contra las variantes del virus que circulan en tu comunidad en este momento.

Estoy enfermo de COVID-19; y, ¿ahora qué?

La influenza (gripe) y el COVID-19 pueden causar síntomas como fiebre, tos, dolor de garganta, secreción nasal, dolores de cabeza y falta de energía. Si te contagias de influenza (gripe) o COVID-19, habla con tu doctor para saber si puedes tomar un medicamento antiviral que te ayude a recuperarte más rápido, especialmente si tienes un alto riesgo de enfermarte gravemente. Quédate en casa y aléjate de los demás hasta que te sientas mejor. Mientras estés enfermo, vigila tus síntomas y obtén atención médica si tienes:

- dificultad para respirar
- presión o dolor en el pecho
- somnolencia extrema
- confusión o mareos.

VRS

El VRS es otro virus respiratorio con síntomas similares a la influenza (gripe) y el COVID-19. El VRS puede afectar la capacidad de respirar de los bebés y los adultos mayores. Corres un mayor riesgo de enfermarte gravemente por VRS si:

- tienes 75 años o más
- tienes 60 años o más y vives en un centro de cuidados a largo plazo
- tienes 60 años o más y padeces ciertas condiciones médicas, como enfermedades cardíacas, pulmonares o renales, obesidad, o diabetes.

Los bebés también corren un mayor riesgo de enfermarse gravemente por el VRS, que hospitaliza a más bebés en los Estados Unidos que cualquier otra condición. Las mujeres embarazadas pueden transmitir la protección a sus bebés durante sus primeros 6 meses de vida.



Aprende más en espanol.cdc.gov/respiratory-viruses

**ARRIESGA MENOS.
HAZ MÁS.**
Ponte las vacunas de la temporada



Una campaña para aumentar el conocimiento y el uso de las vacunas contra la gripe, el COVID-19 y el VRS en poblaciones en riesgo.