

Por qué los ancianos deberían vacunarse contra la influenza (flu) Why Seniors Should Get the Influenza (Flu) Vaccine

¿Qué deberían saber los ancianos sobre la vacuna de la influenza?

La vacuna contra la influenza o flu es una forma segura y efectiva de ayudarle a las personas a mantenerse sanas, prevenir enfermedades y hasta salvar vidas. Al envejecer, las personas pueden tener más riesgo de contraer la influenza y tener complicaciones. Los doctores consideran que las personas de edad tienen un alto grado de riesgo de enfermarse gravemente si contraen la influenza y aconsejan a todos los ancianos y contactos en su hogar y a sus cuidadores, vacunarse contra la influenza cada año.

La vacuna contra la influenza se proporciona gratuitamente a todos los ancianos. Llame a su doctor o a su unidad local de salud pública para recibir su vacuna anual contra la influenza.

La vacuna contra la influenza es muy segura. La vacuna contra la influenza **no** puede producirle la influenza. La vacuna contiene el virus muerto de la influenza, lo que no puede causarle una infección.

La mayoría de la gente no sufre síntomas después de recibir la vacuna. Algunas personas pueden presentar un enrojecimiento o dolor por uno o dos días en el área donde se colocó la inyección.

Algunas personas pueden sentir síntomas leves parecidos a la influenza, especialmente aquellas personas que se vacunan por primera vez. Entre los síntomas, puede haber una fiebre leve, dolor de cabeza y dolores musculares que se presentan dentro de las 6 a 12 horas luego de recibir la vacuna y terminan en 24 a 48 horas. Estos son

menos severos y duran un tiempo muy corto comparado con la infección de la influenza.

Algunas personas con ciertas enfermedades o alergias no deberían vacunarse contra la influenza. Consulte con su médico o la enfermera de salud pública si tiene alguna pregunta.

¿Cuándo deberían vacunarse contra la influenza los ancianos?

Es importante que los ancianos se vacunen contra la influenza antes del comienzo de la temporada de influenza.

En British Columbia, la vacuna está disponible a partir de octubre o a comienzos de noviembre. Es preferible vacunarse antes de fines de noviembre para darle tiempo suficiente al cuerpo (unas dos semanas) a que refuerce su inmunidad antes que comience la temporada de la influenza. Esto también le ayudará a su cuerpo a mantener su inmunidad durante la época más alta de la temporada de influenza, generalmente entre noviembre y abril. Sin embargo, la vacuna contra la influenza puede proteger aun si se da durante la temporada.

Además de la vacuna contra la influenza, las personas de 65 años y mayores también deberían vacunarse contra la infección neumocócica. La vacuna neumocócica protege contra las infecciones del cerebro, de la corriente sanguínea, pulmones u oídos. No se corre ningún peligro si se inoculan al mismo tiempo la vacuna contra la influenza y la vacuna neumocócica polisacárida. Sin embargo, la vacuna neumocócica protege contra la enfermedad por varios años, así que no debe inocularse cada año.

¿Qué es la influenza?

La influenza es una infección de la nariz, garganta y pulmones causada por el virus de la influenza.

Entre los síntomas de la influenza están la fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares, una nariz que gotea, dolor de garganta, un gran cansancio y tos. A pesar de que los resfríos y otros virus pueden presentar síntomas similares, los síntomas de la influenza suelen ser peores.

Ud. puede reducir el riesgo de contraer la influenza, o de comunicársela a otros, lavándose las manos regularmente, comiendo bien y ejercitándose, y vacunándose contra la influenza.

¿Cómo se contagia la influenza?

La influenza se contagia muy fácilmente de persona a persona a través de la respiración, la tos y el estornudo. El virus también se propaga cuando una persona toca las gotitas de la tos o del estornudo o un objeto, y luego se toca su propia boca o nariz sin antes haberse lavado las manos.

Los síntomas se presentan en uno a cuatro días, o un promedio de dos días, después de que la persona se ha visto expuesta por primera vez al virus de la influenza. La fiebre y otros síntomas pueden durar generalmente entre 7 a 10 días, pero la tos y la debilidad pueden persistir de una a dos semanas más.

Una persona infectada puede propagar el virus de la influenza antes de caer enferma. Un adulto infectado puede propagar el virus un día antes y hasta cinco días después de iniciarse los síntomas. Los niños pueden contagiar el virus hasta 21 días después que comiencen los síntomas.

¿Qué tan peligrosa es la influenza?

La gran preocupación que se deriva de la influenza es que disminuye la habilidad del cuerpo de luchar contra otras infecciones. La neumonía bacteriana es la complicación más común debido a la influenza, especialmente en las personas de la tercera edad. La influenza también puede conducir a otras complicaciones en personas con problemas cardíacos, pulmonares u otros problemas de la salud. Estas complicaciones algunas veces pueden ser fatales.

Inmunización para los proveedores del cuidado al enfermo

Se exhorta a los proveedores del cuidado al enfermo, a los trabajadores en el sector de la salud y aquellos que están en contacto cercano con los ancianos a que se vacunen contra la influenza.

Para mayor información

La vacuna contra la influenza también se encuentra disponible para las personas que no califican para recibirla gratuitamente pero que deseen comprarla. Para mayor información acerca de la vacuna contra la influenza, vea el BC HealthFile [#12d Vacuna contra la influenza \(flu\)](#).

Para mayor información acerca de la influenza o de la infección neumocócica, vea los siguientes BC HealthFiles:

[#12b Realidades sobre la influenza \(la flu\)](#)

[#12c Inmunización contra la influenza \(flu\): mitos y realidades](#)

[#12d Vacuna contra la influenza \(flu\)](#)

[#62b Vacuna neumocócica polisacárida](#)

Para obtener información sobre otros temas del BC HealthFile, sírvase ver www.bchealthguide.org/healthfiles/index.stm, o visite su unidad local de salud pública.

Llame a la BC NurseLine para conversar con una enfermera registrada, disponible las 24 horas todos los días:

- Dentro de la región del Gran Vancouver, llame al 604-215-4700
- En BC, llamar gratis al 1-866-215-4700
- Personas sordas y personas con problemas de audición, llamar a: 1-866-889-4700
- Farmacéutico disponible todos los días, de las 5 pm a las 9 am.
- Se dispone de servicios de traducción a más de 130 idiomas.

Visite BC HealthGuide OnLine – un mundo de información confiable acerca de la salud en www.bchealthguide.org

