

INFÓRMATE

Si deseas tener más información sobre la vacuna antigripal, dirígete al personal sanitario que suele atenderte en tu centro de salud o consultorio. Podrán valorar contigo la importancia de que te vacunes y, si decides hacerlo, te comunicarán la fecha más apropiada.

Vacúnate también del neumococo si tienes más de 65 años y no te has vacunado antes.

Para más ejemplares e información:
Instituto de Salud Pública
Tfno. 848 423 466
<http://www.cfnavarra.es/isp/promocion>


**ANTE
LA GRIPE:
¡VACÚNATE!**



LA GRIPE

Es una enfermedad causada por un virus que suele aparecer entre octubre y febrero. Este virus se transmite con facilidad por el aire entre las personas, sobre todo en ambientes cerrados.

La gripe se caracteriza por fiebre alta (más de 38° C), malestar general, dolor de cabeza, dolores musculares, cansancio, pérdida de apetito, congestión nasal, tos, estornudos...

Normalmente, en personas sanas, cura sin complicaciones ni secuelas, pero en gente mayor o con algunas enfermedades, puede dar lugar a complicaciones graves (descompensaciones, neumonías...).

PREVENCIÓN DE LA GRIPE

La medida más eficaz para prevenir la gripe es la vacunación. La vacuna protege de la enfermedad producida por los virus incluidos en ella aproximadamente en el 80% de los casos.

La vacuna no puede producir gripe porque está elaborada con virus muertos.

RECOMENDACIONES DE VACUNACIÓN

Personas con alto riesgo de padecer complicaciones gripales:

- Personas de 60 años o más.
- Ingresados en residencias (ancianos o enfermos crónicos).
- Niños/as (mayores de 6 meses) y adultos con enfermedades crónicas: diabetes mellitus, insuficiencia renal, hemoglobinopatías y anemias, asplenia, enfermedad hepática crónica, enfermedades neuromusculares graves o inmunosupresión (incluida la originada por la infección de VIH o por fármacos o en los receptores de trasplantes), enfermedades que conllevan disfunción cognitiva (síndrome de Down y demencias).
- Personas con obesidad mórbida (índice de masa corporal igual o superior a 40).
- Personas de 6 meses a 18 años en tratamiento prolongado con aspirina.
- Mujeres embarazadas.

Personas que pueden transmitir la gripe a otras con alto riesgo de complicaciones por la gripe:

- Personal sanitario.
- Personal de residencias de ancianos o de enfermos crónicos.
- Cuidadores/as domiciliarios/as y convivientes de ancianos o de enfermos crónicos.

Otras personas a quienes se recomienda la vacunación:

- Trabajadores que prestan servicios comunitarios esenciales: Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado, bomberos, servicios de protección civil y trabajadores de instituciones penitenciarias.