



UK Health  
Security  
Agency



# Protégete contra la gripe

Inmunización contra la gripe  
en Inglaterra

---

Información para estudiantes de secundaria



Flu  mmunisation

Helping to protect you against flu

## La vacuna contra la gripe se ofrece de forma gratuita a:

Niños de  
2 o 3 años

(el 31 de agosto antes de  
que empiece la vacunación  
de otoño contra la gripe)



todos los  
niños de  
primaria

algunos niños  
de secundaria



Niños con un  
problema de  
salud a los que  
la gripe pueda  
poner en riesgo

Más información disponible acerca de  
qué niños se pueden vacunar cada año en:

[www.nhs.uk/child-flu](http://www.nhs.uk/child-flu)

## ¿Por qué debería vacunarme contra la gripe?

---

La gripe puede llegar a ser una enfermedad muy desagradable que provoca fiebre, congestión nasal, tos seca, dolor de garganta, dolor muscular y en las articulaciones y cansancio extremo. Esto puede durar varios días o más. Algunas personas desarrollan complicaciones y necesitan un tratamiento hospitalario.

## ¿Cuáles son los beneficios de la vacuna?

---

La vacuna ayudará a protegerte contra una enfermedad que puede ser muy desagradable. Puede ayudarte a evitar que te pierdas las cosas que te gustan y que interrumpa tus clases.

## ¿Por qué se ofrece la vacuna a tantas personas jóvenes?

---

La vacuna ayudará a protegerte contra la gripe y reducirá la posibilidad de contagiar la gripe a otros, así que también ayuda a proteger a tu familia y amigos.

Ayudará a reducir los niveles de gripe en la población durante el invierno, cuando puede haber presión en el NHS con COVID-19 y otros virus respiratorios en circulación.

## Me vacuné contra la gripe el año pasado. ¿Necesito vacunarme también este año?

---

Sí. Los virus de la gripe cambian cada año, así que es posible que la vacuna se haya actualizado. Por esta razón, recomendamos que te vacunes contra la gripe de nuevo este año, incluso si te vacunaste el año pasado.

## ¿Cómo se recibe la vacuna?

---

Normalmente se recibe mediante un spray nasal.

## ¿Y cómo funciona el spray nasal?

---

El spray nasal contiene virus debilitados para evitar que provoquen la gripe, pero ayudan a crear inmunidad.

La vacuna se absorbe rápidamente por la nariz por lo que, incluso si estornudas justo después de recibir el spray nasal, no significa que no haya hecho efecto.

## ¿La vacuna tiene efectos secundarios?

---

Es posible que produzca moqueo o congestión nasal, dolor de cabeza, cansancio general o pérdida de apetito. Si embargo, todo esto es mucho menos grave que desarrollar una gripe y sus complicaciones. Los efectos graves son poco comunes.

## ¿Qué ocurre si no me encuentro bien ese día?

---

Se puede retrasar la vacunación si tienes fiebre. Además, si tienes mucho moqueo o congestión nasal, es posible que evite que la vacuna entre en tu sistema. En este caso, se puede posponer la vacunación hasta que desaparezcan los síntomas. En ocasiones, puede ofrecerse una vacuna en inyección en su lugar.



## ¿Qué ocurre con los jóvenes que padecen un problema de salud de larga duración?

Si padeces un problema de salud que haga que tengas un mayor riesgo de sufrir complicaciones graves por la gripe, deberías vacunarte todos los años. Si padeces uno de estos problemas de salud y no te encuentras en uno de los grupos a los que se ofrece la vacuna, puedes pedir a tu médico de cabecera que te ponga la vacuna. También puedes pedirle a tu médico que te ponga la vacuna si no quieres esperar hasta la temporada de vacunación del colegio.

### Problemas de salud de larga duración que te ponen en mayor riesgo con la gripe

#### Entre los problemas se incluye:

- problemas serios de respiración, como asma que necesite inhalador de esteroides o pastillas de forma regular
- Enfermedades cardíacas graves
- enfermedades de hígado o riñón
- diabetes
- sistema inmune debilitado como resultado de un problema de salud o tratamiento con medicación, como esteroides o quimioterapia
- problemas en el bazo, por ejemplo, la anemia de células falciformes, o se ha extirpado el bazo
- Discapacidad del aprendizaje
- problemas en el sistema nervioso, como parálisis cerebral



Visita [www.nhs.uk/child-flu](http://www.nhs.uk/child-flu) para más información

## ¿Hay personas jóvenes que no deberían recibir la vacuna nasal?

---

La vacuna de espray nasal se ofrece a las personas jóvenes porque es más efectiva en el programa que las vacunas inyectadas. Sin embargo, es posible que algunas personas jóvenes con problemas de salud de larga duración no puedan recibir las vacunas nasales (ver detalles a continuación). Se entregará un formulario de consentimiento a tus padres antes de la vacunación, que incluye preguntas para saber si puedes recibirla. Pueden hablar con el equipo de inmunización del colegio si tienen alguna pregunta. Si no puedes recibir la vacuna nasal, se te ofrecerá una vacuna contra la gripe inyectada.

## ¿Quién no debería recibir la vacuna nasal?

---

En lugar de la vacuna de espray nasal, deberías recibir una vacuna contra la gripe inyectada si:

- respiras con silbido ahora o en las últimas 72 horas
- tienes un sistema inmunitario muy débil o alguien en tu casa necesita aislamiento porque padece inmunosupresión grave
- tienes un problema de salud que necesita un tratamiento de salicilato
- has tenido una reacción anafiláctica a la vacuna contra la gripe o a alguno de sus componentes en el pasado (diferente al huevo)

Las personas jóvenes que han recibido la vacuna de espray nasal deberían evitar el contacto estrecho con personas con un sistema inmunitario muy débil (por ejemplo, aquellos que acaban de recibir un trasplante de médula ósea) durante unas dos semanas después de vacunarse. Si es probable que haya contacto o no se puede evitar, debería recibirse una vacuna contra la gripe alternativa.

Si no estás seguro, consúltalo con el equipo de inmunización del colegio o con tu enfermero/a o médico de cabecera.

## **Tus padres deberían consultar con tu especialista si:**

---

- has tenido una reacción alérgica grave (anafilaxis) al huevo en el pasado que ha requerido un tratamiento de cuidado intensivo
- tienes asma y está siendo tratado con pastillas de esteroides o requiere un tratamiento de cuidado intensivo en el hospital.

## **¿La vacuna nasal contiene gelatina derivada del cerdo (gelatina porcina)?**

---

Sí. La vacuna nasal contiene gelatina altamente procesada (gelatina porcina), que se usa en una gran variedad de medicamentos básicos. La gelatina ayuda a mantener a los virus estables para que la vacuna proporcione la mejor protección contra la gripe.

La vacuna nasal se ofrece a los niños y jóvenes porque es más efectiva en el programa que la vacuna inyectada. Esto se debe a que es más fácil de administrar y se considera que es mejor al reducir el contagio a otras personas, quienes podrían ser más vulnerables a las complicaciones por la gripe. Sin embargo, si la gripe hace que tengas un riesgo alto, debido a uno o más problemas médicos o tratamientos y no puedes recibir la vacuna nasal contra la gripe, deberías recibirla en inyección. Para aquellos que no acepten el uso de gelatina porcina en los productos médicos, hay disponible una vacuna alternativa en inyección. Tus padres deberían hablar de las opciones con el equipo de inmunización del colegio.

# 5 razones para vacunarse contra la gripe

## 1. Protégete.

La vacuna te ayudará a protegerte contra la gripe y las complicaciones graves como bronquitis o neumonía.

## 2. Protege a tu familia y amigos.

Recibir la vacuna ayudará a proteger a tus amigos y familia más vulnerables.

## 3. No se requiere inyección.

El spray nasal es indoloro y fácil de aplicar.

## 4. Es mejor que tener la gripe.

El spray nasal ayuda a protegerte contra la gripe, lo han recibido millones de personas en todo el mundo y tiene un historial de seguridad excelente.

## 5. Evita perder oportunidades.

Si tienes la gripe, es posible que no te encuentres bien durante varios días y no puedas hacer las cosas que te gustan.

### ¿Dónde puedo conseguir más información?

---

Visita [www.nhs.uk/child-flu](http://www.nhs.uk/child-flu) para obtener más información. Habla con el equipo de inmunización del colegio, tu médico de cabecera o tu enfermero/a si tienes más preguntas.



[www.nhs.uk/vaccinations](http://www.nhs.uk/vaccinations)