

## 10 MITOS DE LA VACUNA CONTRA INFLUENZA

### 1. **La vacuna contra influenza causa influenza.**

Hay 2 vacunas disponibles en México: vacuna inactivada (virus muertos incapaces de producir enfermedad) y vacuna recombinante (artificial). Como ninguna de estas vacunas contiene virus vivos, es imposible que la vacuna cause influenza.

### 2. **Me puse la vacuna contra influenza y me dio la peor gripe de mi vida, que además ha durado meses.**

El efecto adverso más frecuente por la vacuna es dolor en el sitio de la aplicación (1 de cada 4 personas). Otras molestias muy poco frecuentes son dolor de cabeza, malestar general, dolor de cuerpo, dolor de garganta, escurrimiento o congestión nasal y fiebre. Estas molestias son pasajeras (no duran más de 3 días) y son tratables con medicamentos baratos de uso común (analgésicos y antihistamínicos). **Recordemos que no hay vacuna ni medicamento que esté totalmente libre de efectos adversos.**

Si una persona ha sido contagiada de gripe (por el virus de influenza o cualquier otro virus respiratorio) antes de o al momento de ser vacunado, esa persona podría tener una gripe grave, pero en ningún caso es como consecuencia de la vacuna.

Finalmente, **no hay ninguna gripe que dure meses.** La persistencia de molestias más allá de una semana habitualmente indica un problema **no infeccioso** que deberá ser evaluado por especialistas calificados, y que en ningún caso es resultado de efecto adverso por vacunación.

### 3. **Si tomo otros medicamentos o alcohol, tengo prohibido vacunarme contra influenza.**

Ningún medicamento, sustancia o vacuna interactúa con la vacuna contra influenza. El único motivo para no vacunarse contra influenza es haber padecido una reacción alérgica grave (reacción anafiláctica) con dosis previas de la vacuna. La frecuencia mundial de reacción anafiláctica es de 1 caso por 1 millón de aplicaciones (la vacuna es sumamente segura).

### 4. **Si la vacuna de influenza es gratuita, significa que están experimentando con nosotros.**

La vacuna contra influenza es gratuita para los trabajadores de la salud porque se trata de un derecho universal. La vacuna de influenza que se aplica cada temporada está avalada por la Organización Mundial de la Salud y por la Secretaría de Salud en México.

### 5. **La gripe por influenza no es tan grave, especialmente si solamente se padece una vez en la vida.**

La gripe por virus de influenza puede causar enfermedad grave, hospitalización, infartos cardiacos, infartos cerebrales y muerte. La gripe por influenza puede darnos tantas veces como años vivamos, pues todos los años se hace presente en México y el mundo durante invierno y primavera.

### 6. **A mí no me va a suceder. A mí no me va a dar influenza.**

El virus de influenza no tiene respeto por ningún tipo de persona. Nos infecta a todos, a veces sin que nosotros lo notemos. A algunas personas les causa enfermedad grave y a otras no,

pero no tenemos forma de saber quién será afectado de gravedad ni quién morirá como consecuencia de ello.

**7. Me vacuné el año pasado, así que ya no me toca vacunarme.**

La vacuna contra influenza es vigente solamente durante una temporada porque el virus muta (cambia) constantemente, lo cual nos obliga a cambiar la composición de la vacuna temporada con temporada para ajustarnos a sus cambios.

**8. Es mejor enfermarme de influenza. Me hace más fuerte y me genera anticuerpos de por vida.**

El haber estado enfermo(a) de influenza nunca genera anticuerpos protectores de por vida. Una persona puede ser infectada varias veces en la misma temporada y eso puede suceder todos los años de la vida. No vale la pena arriesgarse a producir anticuerpos de forma natural mediante la infección natural porque eso puede costar la vida.

**9. No tiene sentido vacunarme todos los años porque la vacuna es la misma.**

Los 3 tipos de virus de influenza incluidos en la vacuna trivalente anual desde el 2009 son: A H1N1, A H3N2 y B (linaje Victoria). Cada temporada se formula una nueva vacuna que, aunque incluye los mismos tipos, tiene pequeñas modificaciones que responden a los cambios que estos tipos muestran temporada con temporada. Vacunarse con tipos actualizados de virus cada temporada es muy importante porque ello genera mejores defensas.

**10. Estoy impedido(a) para vacunarme en caso de padecer gripe.**

La vacuna contra influenza no está prohibida en quien padezca gripe. La única contraindicación para recibir la vacuna es reacción alérgica grave (anafilaxia) con dosis previas de la vacuna (evento sumamente infrecuente, como se dijo anteriormente).