



LA GRIPE

MI EDAD ME EXPONE A UN MAYOR RIESGO DE COMPLICACIONES

“ Recientemente me he jubilado y estaba deseando empezar esta nueva vida. A pesar de las advertencias de mi médico de que soy vulnerable a resultados más graves si contraigo la gripe, nunca me vacuné frente a la gripe, ya que **consideraba que tenía una buena salud para mi edad**. Un día, contraje el virus. Al principio me sentía muy cansado y tenía dolores corporales. **Sin embargo, cuando empecé a tener dificultad para respirar, tuve que ser hospitalizado**. Incluso después de más de un mes de recuperación, **sigo sin sentirme bien** y me preocupan los daños de larga duración en mis pulmones. ”

Ricardo, jubilado: 69 años

LA GRIPE

Y SU SISTEMA INMUNITARIO

Se conoce desde hace muchos años que el sistema inmunitario se debilita a medida que envejecemos, lo que reduce la capacidad de nuestro cuerpo para combatir las infecciones, independientemente de lo bien que estemos.^{1,2}

Por eso, las personas de 65 años o más tienen más riesgo de desarrollar complicaciones graves por una infección gripal.^{2,3} Las complicaciones pueden incluir neumonía, acontecimientos cardiovasculares graves, como infarto de miocardio o ictus, y empeoramiento de enfermedades crónicas subyacentes (enfermedades cardíacas, pulmonares y metabólicas como la diabetes).^{4,5}

* Este testimonio no corresponde a un paciente real y está basado en datos científicos publicados.^{2,7} La imagen es un modelo.

LOS ADULTOS MAYORES PUEDEN TENER UN MAYOR RIESGO DE COMPLICACIONES DE LA GRIPE

Si tiene 65 años o más, tiene un mayor riesgo de sufrir complicaciones graves por una infección gripal.²

2 de **3**
cada

hospitalizaciones relacionadas con la gripe se produjeron entre personas de 65 años o más.⁶

1 de **3**
cada

adultos mayores de 70 años de edad hospitalizados por una enfermedad aguda, como la gripe, se recuperaron por completo después de un año.⁷

PROTEGERSE FRENTE A LA GRIPE

La vacunación es la forma más eficaz de protegerse frente a la gripe y reducir el riesgo de complicaciones.⁸

De acuerdo a las indicaciones de las autoridades sanitarias, se recomienda que los adultos mayores (65 años y más) reciban una vacuna frente a la gripe cada año para permanecer protegidos.^{2,8,9}

Las vacunas antigripales se toleran bien. Al igual que con cualquier vacuna, pueden producirse efectos secundarios, pero generalmente son leves.¹⁰



Hable con su profesional sanitario sobre la vacunación frente a la gripe

1. Simon AK, et al. *Proc Biol Sci*. 282: 20143085 (2015). 2. CDC. Flu and People 65 Years and Older. Disponible en: <https://www.cdc.gov/flu/highrisk/65over.htm>. Consultado en enero de 2021. 3. Rolfes MA, et al. *Influenza Other Respir Viruses*. 12(1):132-137 (2018). 4. Warren-Gash, C. et al. *Eur. Respir. J*. 51(3). pii: 1701794 (2018). 5. CDC. Key Facts About Influenza. Disponible en: <http://www.cdc.gov/flu/keyfacts.htm>. Consultado en enero de 2021. 6. CDC. Epidemiology and Prevention of Vaccine-Preventable Diseases. Hamborsky J, Kroger A, Wolfe S, eds. 13th ed. Washington DC: Public Health Foundation; 2015. 7. Boyd CM, et al. *J Am Geriatr Soc*. 56(12):2171-2179 (2008). 8. Organización Mundial de la Salud. Factsheet (Influenza). 2018. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs211/en/index.html>. Consultado en enero de 2021. 9. MSCBS. Consejo Interterritorial. Sistema Nacional de Salud. Recomendaciones de vacunación frente a la gripe. Temporada 2021-2022. Último acceso julio 2021. Disponible en: https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/vacunaciones/programasDeVacunacion/docs/Recomendaciones_vacunacion_gripe.pdf 10. CDC. Flu Vaccine Safety Information. Disponible en: <https://www.cdc.gov/flu/prevent/general.htm>. Consultado en enero de 2021.