Cualquiera que no este preocupado sobre que le dé o no le de la influenza, es porque probablemente nunca ha tenido la influenza.

Hay muchas referencias informales sobre “gripa” y “síntomas como la gripa” para describir la cadena de síntomas que usualmente pasan en 24-48 horas. Esta no es la influenza la cual puede enfermar a una persona por 2 semanas.

No importa si escucha que es una “buena” o “mala” temporada de gripa, lo que se debe de importar es cuantas personas han recibido la vacuna. Entre más personas se vacunen pocas personas se enferman y se la pasan a otros.

La influenza pasa de persona a persona muy fácil. Es muy contagiosa!

Nosotros escuchamos muchas personas que dicen “yo no me vacune el año pasado y yo no me enferme” como si estas dos cosas estuvieran relacionadas. Si usted se enferma de influenza estas son las 2 cosas con la que esta relacionada:

1. Usted estuvo en contacto con alguna persona que tuvo la gripe (y usted puede no siempre saber ya que la persona es contagiosa antes de que muestre cualquier síntoma)
2. Se vacuno

Vacunarse es la forma más simple de protegerse usted mismo. Para algunas personas puede reducir el riesgo de enfermarse hasta un 95%

Nosotros recomendamos todos los mayores de 6 meses vacunarse. Y si usted tiene, o está en contacto con un niño menor de 6 meses es todavía mas importante que usted se vacune para protegerlo a él/la.

Lávese las manos y cúbrase la boca cuando tose!

Este año la vacuna tiene 3 cepas (incluyendo el H1N1). Esto solamente ha pasado 9 veces desde 1969. No importa si se vacuno el año pasado, para asegurar completa protección, vacúnese este año también.

No piense que es muy temprano. La influenza puede empezar tan temprano como en octubre y toma hasta dos semanas para que su cuerpo cubra completamente su sistema inmunológico.

Para estar al tanto de los horarios de las clínicas llame a la línea de la gripe del Condado de Polk, 286-3609. Mayoría de los seguros médicos cubren la vacuna. Para las personas sin seguro medico el costo es \$20. Pero nadie sera apartado por incapacidad para pagar.