



Blue Cross Blue Shield of Michigan
**Herramientas comunitarias
de la vacuna antigripal**





Viste los enlaces siguientes para obtener información detallada sobre la cobertura de la vacuna antigripal y los sitios donde puede vacunarse:

bcbsm.com/preventflu | mibluecrosscomplete.com/flu | givefluashotmi.com

La temporada de la gripe ya llegó y este año será más importante que nunca prevenir la propagación de la gripe. La manera eficaz en que usted y los demás se mantengan saludables es vacunarse contra la gripe. Es un paso inteligente para evitar que propague el virus y permanecer fuera del hospital para que el personal médico pueda centrarse en los que más necesitan atención.

Lamentablemente, existe el riesgo de que la COVID-19 y la gripe se propaguen al mismo tiempo. Le recomendamos que se proteja a usted y a los demás vacunándose contra la gripe.



QUÉ NECESITA SABER SOBRE LA VACUNA ANTIGRI PAL.

¿**Quién debe vacunarse contra la gripe?** Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades recomiendan que todas las personas de 6 meses en adelante se vacunen contra la gripe cada año, pero es especialmente importante para quienes están en estas categorías de alto riesgo:



Los niños menores de 5 años, pero no menores de 6 meses de edad



Las mujeres embarazadas



Los adultos de 65 años en adelante deben recibir una vacuna antigripal de dosis alta



Las personas con enfermedades crónicas como asma, EPOC y afecciones cardíacas



Los padres/las madres y cuidadores de bebés y deambuladores

¿Cuándo debo vacunarme contra la gripe? La temporada de la gripe típicamente comienza en octubre y se prolonga hasta mayo. La vacuna antigripal tarda unas dos semanas en hacer efecto, así que es una buena idea vacunarse ahora para asegurarse de estar protegido.

¿La vacuna antigripal me enfermará? No. La vacuna antigripal es segura y eficaz para la mayoría de las personas, pero consulte a su médico antes de vacunarse. La vacuna está compuesta por partículas de gripe no activas y no le hará contraer gripe sino que permitirá que su cuerpo desarrolle los anticuerpos necesarios para protegerse de los virus de la gripe. Los efectos secundarios comunes son enrojecimiento, dolor o inflamación leve en el lugar de la inyección.

¿Qué debo hacer luego de vacunarme contra la gripe? Si recibió la vacuna antigripal en el trabajo o en una farmacia de la red, infórmeselo a su médico en su próxima consulta para que pueda mantener su registro de vacunación actualizado y a usted saludable.

¿LISTO PARA VACUNARSE? ESTO ES LO QUE DEBE HACER.

Hay diversas maneras de vacunarse contra la gripe. Y son gratuitas para nuestros miembros de Blue Cross dentro y fuera del estado. Revise la información siguiente:



Visite una farmacia de la red con su tarjeta de identificación de miembro de Blue Cross. Si bien la mayoría de las farmacias aceptan la cobertura de nuestros miembros, consulte antes de vacunarse.



Solicite una consulta con su proveedor de atención primaria. Puede corresponder un copago por la visita al consultorio.



Visite uno de los muchos eventos comunitarios y clínicas en Michigan que ofrecen vacunas antigripales gratuitas. Consulte [givefluashotmi.com](https://www.givefluashotmi.com) para conocer los sitios más cercanos.

Infórmese más en [bcbsm.com/preventflu](https://www.bcbsm.com/preventflu) o [mibluccrosscomplete.com/flu](https://www.mibluccrosscomplete.com/flu).

MANERAS DE EVITAR LA GRIPE



Evite el contacto estrecho con personas que están enfermas.



Lávese las manos por al menos 20 segundos con agua y jabón o sanitizante de manos a base de alcohol.



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca para evitar la propagación de gérmenes.



Lave y desinfecte las superficies y los objetos que puedan estar contaminados con gérmenes como los del virus de la gripe.



Si tiene gripe, quédese en casa para evitar contagiar a otras personas.

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

DATOS SOBRE LA GRIPE

Dato 1

Cada año 200,000 estadounidenses son hospitalizados y miles mueren debido a complicaciones relacionadas con la gripe. Con la continuación de la pandemia mundial, este año es más importante que nunca protegerse y proteger a los demás de la gripe.

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

Dato 2

No se engripa al vacunarse contra la gripe. La vacuna no contiene ninguna cepa de virus activo. Lo protegerá y protegerá a los demás de engriparse y contagiar la gripe.

Manténgase saludable: vacúnese contra la gripe.

ENLACES ÚTILES

- givefluashotmi.com

Obtenga de manera gratuita las fechas, los horarios y lugares de las clínicas de vacunación contra la gripe que se están realizando en la comunidad.

- bcbsm.com/preventflu

Infórmese más sobre la cobertura, la necesidad de la vacuna antigripal, cuándo vacunarse y más.

- mibluccrosscomplete.com/flu

Miembros de Blue Cross Complete: infórmese sobre la gripe, cómo evitarla y otras preguntas frecuentes.



Otros sitios y recursos:

- vaccinefinder.org
- cdc.gov/flu | espanol.cdc.gov/flu
- michigan.gov/flu