



Comunicado de Prensa

Para publicación inmediata: 22 de noviembre de 2022

(22-171-español)

Contacto: Comunicaciones DOH

El Departamento de Salud de Washington insta a las personas a vacunarse para evitar la propagación de la gripe

Las comunidades están viendo un rápido aumento de la actividad de la gripe en todo EE.UU.

OLYMPIA - El Departamento de Salud del Estado de Washington (DOH) informa que los casos de [gripe](#) están aumentando rápidamente en el estado de Washington y en todo el país. Las hospitalizaciones por gripe presentan las tasas más altas en 10 años para este punto del año. En las últimas dos semanas, el DOH está [reportando un alto número de casos](#) (solo en inglés) de enfermedades similares a la gripe en Washington.

La enfermedad de la gripe puede tener graves consecuencias para la salud, especialmente para las personas menores de cinco años, mayores de 65 años, embarazadas, inmunodeprimidas o con problemas de salud crónicos.

Además de la gripe, otras enfermedades respiratorias, como el [COVID-19](#) y el [RSV](#), se están combinando para llevar a nuestros hospitales a su máxima capacidad. Ayude a mantenerse a usted mismo y a su comunidad saludable vacunándose contra la gripe y tomando otras medidas para prevenir la enfermedad.

"El sistema de atención médica pediátrica de nuestro estado está sobrecargado con un número extremadamente alto de niños con infecciones respiratorias", dijo Tao Sheng Kwan-Gett, MD, MPH, director científico del DOH. "Las familias necesitan urgentemente hacer todo lo posible para mantenerse sanas y evitar la necesidad de atención médica, y la vacunación contra la gripe es una de las herramientas de prevención más importantes".

Seguir las prácticas de prevención e higiene adecuadas puede detener la propagación de las enfermedades respiratorias. El Departamento de Salud del Estado de Washington recomienda:

- Vacúnese. La vacunación es la mejor defensa contra la gripe y el COVID-19.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón. Utilice un desinfectante de manos cuando no disponga de jabón y las manos no estén visiblemente sucias.
- Considere la posibilidad de usar una mascarilla en lugares con muchas personas.

- Si estornuda o tose, póngase una mascarilla o cúbrase con su brazo o un pañuelo de papel para evitar que los gérmenes lleguen a sus manos o que el virus se propague en el aire.
- Evite el contacto estrecho con personas enfermas.
- Si se siente enfermo, quédese en casa.

La cepa más común hasta ahora es la gripe A (H3N2). Esta cepa suele causar una enfermedad más grave. Todas las vacunas disponibles contra la gripe proporcionan protección contra la H3N2.

El Departamento de Salud recomienda encarecidamente que todas las personas de 6 meses o más se vacunen contra la gripe lo antes posible. La vacuna de la gripe tarda dos semanas en ser efectiva, por lo que es un momento clave para vacunarse antes de que la gente se reúna para las fiestas de diciembre. Si se contrae la gripe cuando se está vacunado, esta suele ser más leve y la vacuna puede evitar complicaciones graves, incluida la atención hospitalaria.

La vacuna contra la gripe está disponible en la mayoría de las farmacias, los consultorios de los proveedores de atención médica y las clínicas. El personal estatal es elegible para recibir puntos SmartHealth por recibir la vacuna contra la gripe. La vacuna contra la gripe puede recibirse el mismo día que el refuerzo actualizado de COVID-19 y otras vacunas.

Obtenga más información en [KnockOutFlu.org](https://www.knockoutflu.org).