



División de Salud Pública  
Arnold Leff, MD, REHS  
Oficial de Salud del  
Condado

# Condado de Santa Cruz

## Agencia de Servicios de Salud

CAJA DE OFICINA POSTAL 962, 1080 Emeline Ave., SANTA CRUZ, CA 95061-0962  
TELÉFONO: (831) 454-4000 FAX: (831) 454-4488 TDD: Llame al 711

## Comunicado de Prensa

**Para Divulgación: Inmediata**

**Fecha:** 18 de septiembre, 2018

**Contacto:** Corinne Hyland, PIO

**Teléfono:** (831) 566-4370

### LOS FUNCIONARIOS DE SALUD PÚBLICA ANUNCIAN QUE ES HORA DE VACUNARSE CONTRA LA GRIPE

**Condado de Santa Cruz, CA** - El Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Cruz urge a todas las personas de seis meses de edad y mayores, a vacunarse antes de que comience a propagarse el virus de la gripe. La vacuna contra la gripe ayuda a detener la propagación de la gripe y protege la salud de todos. El comienzo de la temporada de la gripe es impredecible y la vacuna tarda dos semanas en volverse completamente efectiva.

Las vacunas están disponibles en los consultorios médicos y muchas farmacias ofrecen al público vacunas contra la gripe, gratuitas o de bajo costo.

"Vacunarse contra la gripe es la mejor manera de protegerse a usted mismo/a, a su familia y a la comunidad de enfermarse seriamente de la gripe," dijo el Oficial de Salud del Condado, Dr. Arnold Leff.

Es importante vacunarse cada año debido a que las cepas de gripe cambian con el tiempo. Las vacunas contra la gripe, administradas a tiempo, ayudan a prevenir una enfermedad que cada año provoca la hospitalización de cientos de miles de estadounidenses y que mata a decenas de miles de ellos.

"La vacunación no sólo reduce el riesgo de contraer la gripe, sino que también reduce la posibilidad de que tenga que ser hospitalizado", dijo la Directora de Enfermería del Departamento de Salud Pública, Jennifer Herrera. "Aunque no sea una combinación perfecta para todas las cepas de gripe de este año, la vacuna contra la gripe proporcionará cierta protección y si acaso se enferma, reduce las posibilidades de que necesite hospitalización."

En la mayoría de los casos, las personas no deben acudir a la sala de emergencias por síntomas de gripe, pero pueden llamar a su médico. Las personas con síntomas deben quedarse en casa por lo menos 24 horas después de que la fiebre haya desaparecido, para evitar contagiar a otras personas. Los síntomas incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores musculares o corporales, dolores de cabeza y fatiga.

Ayude a detener la propagación de gérmenes practicando buenos hábitos de lavado de manos y para la salud en general:

- Limite su contacto con los demás, y si está enfermo, quédese en casa y no vaya al trabajo o a la escuela
- Si no tiene un pañuelo para toser, cubra su nariz y boca con su codo o brazo
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, o use un desinfectante a base de alcohol
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca

Ciertos grupos podrían experimentar complicaciones debido a la gripe y deben contactar a su proveedor de atención médica de inmediato. Estos grupos incluyen a mujeres embarazadas, niños menores de cinco años, adultos de 65 años o mayores, y personas con enfermedades crónicas como las enfermedades del corazón, el asma y la diabetes. Los médicos pueden recetar medicamentos antivirales que reduzcan la gravedad y la duración de la enfermedad. Cualquier persona que esté muy enferma debe ir a la sala de emergencias para recibir tratamiento.

###



**Public Health**  
Prevent. Promote. Protect.  
Santa Cruz County