

# Vacunas contra el COVID-19 y la gripe esta temporada de enfermedades respiratorias

**CVEEP**  
Defensores de  
la Educación, la Equidad +  
el Progreso de la Vacunación

## Preguntas frecuentes: lo que necesitas saber para mantenerte al día con tus vacunas contra el COVID-19 y la gripe este invierno

Como lo demostró el aumento de casos durante el verano, el COVID-19 sigue siendo una amenaza durante todo el año, también que podría causar un aumento en los casos este invierno. Esta temporada de enfermedades respiratorias, vacunarte contra el COVID-19 y la gripe es tu mejor opción para ayudar a protegerte contra enfermedades graves.

### ¿Por qué todavía debo preocuparme por el COVID-19 y la gripe?

Este verano, vimos un aumento en los casos de COVID-19, lo que subraya la necesidad de continuar con la protección a través de la vacunación. Mientras que algunas enfermedades respiratorias infecciosas como la gripe y el VRS (virus respiratorio sincitial) suelen alcanzar su número mayor en invierno, las tasas de COVID-19 suelen aumentar tanto en invierno como a finales del verano.<sup>1</sup> Esto lo convierte en una amenaza altamente infecciosa durante todo el año, que requiere vacunas actualizadas para protegerte contra enfermedades graves.

La gripe circula durante todo el invierno, y una de las cepas del virus, la gripe B, a menudo continúa circulando hasta la primavera.<sup>2</sup> Por lo tanto, es útil recibir una vacuna actualizada contra la gripe durante cualquier momento de la temporada de enfermedades respiratorias para aumentar tu protección contra enfermedades graves.

### Estoy consciente de los riesgos del COVID-19 y la gripe. ¿Cómo puedo protegerme?

Cada año, el COVID-19 y la gripe causan miles de hospitalizaciones y muertes, y ambas enfermedades pueden enfermar gravemente a cualquier persona. La mejor manera de protegerte contra la hospitalización y las enfermedades graves es mantenerte al día con tus vacunas. Las personas que están al día con sus vacunas tienen un riesgo menor de enfermedades graves y hospitalización en comparación con aquellas que no están vacunadas o que no están al día con sus vacunas.<sup>3</sup>

Vacunarte contra el COVID-19 y la gripe es particularmente crucial para los adultos mayores, las personas con mayor riesgo de enfermedades graves, las personas embarazadas y las personas con inmunodepresión.<sup>4,5</sup> Conversa con tu proveedor de atención médica acerca de vacunarte y qué vacunas contra el COVID-19 y la gripe son adecuadas para ti.

### Acabo de tener COVID-19 este verano. ¿Puedo recibir una vacuna actualizada?

Después de una infección por COVID-19, puedes considerar esperar 3 meses antes de recibir tu vacuna actualizada.<sup>6</sup> Las vacunas actualizadas contra el COVID-19 para 2024-2025 estuvieron disponibles a principios del otoño. Esto significa que, si tuviste COVID-19 en junio, julio o agosto, ahora deberías recibir tu vacuna actualizada contra el COVID-19 para aumentar tu protección durante esta temporada de enfermedades respiratorias. Una vacuna actualizada reduce significativamente tu riesgo de enfermedad grave si vuelves a contraer COVID-19.

### ¿Es seguro recibir ambas vacunas, contra el COVID-19 y la gripe, durante la misma cita?

La práctica de recibir más de una vacuna durante la misma cita se conoce como coadministración y es una forma común y segura de obtener protección contra múltiples enfermedades en una sola visita al consultorio de tu proveedor de atención médica, clínica o farmacia. Si necesitas vacunas actualizadas contra el COVID-19 y la gripe, ahorra tiempo recibiendo ambas juntas.

Los estudios respaldan la seguridad de la coadministración de las vacunas contra el COVID-19 y la gripe.<sup>7</sup> Los efectos secundarios de cualquiera de las vacunas suelen ser leves y temporales.<sup>8</sup> Los efectos secundarios graves de las vacunas son raros, pero pueden ocurrir.<sup>9</sup>

### Mantente protegido. Mantente informado. Vacúnate.

Las actualizaciones regulares de las vacunas contra el COVID-19 y la gripe son esenciales para mantener la protección contra los virus que constantemente evolucionan. Mantenerse al día con las vacunas recomendadas es la mejor manera de reducir tu riesgo de enfermedades graves y ayudar a proteger a tu familia, amigos y comunidad.

<sup>1</sup> <https://www.cdc.gov/ncird/whats-new/cdc-updates-vaccine-recommendations.html>

<sup>2</sup> <https://www.cdc.gov/flu/whats-new/flu-summary-2023-2024.html>

<sup>3</sup> <https://www.cdc.gov/covid/vaccines/stay-up-to-date.html>

<sup>4</sup> <https://www.cdc.gov/vaccines/covid-19/clinical-considerations/interim-considerations-us.html>

<sup>5</sup> <https://www.cdc.gov/flu/vaccines/keyfacts.html>

<sup>6</sup> <https://www.cdc.gov/covid/vaccines/getting-your-covid-19-vaccine.html>

<sup>7</sup> <https://www.cdc.gov/flu/vaccines/coadministration.htm>

<sup>8</sup> <https://www.cdc.gov/flu/vaccines/coadministration.html>

<sup>9</sup> <https://www.cdc.gov/vaccine-safety/vaccines/covid-19.html>

Para obtener más información, visite  
**CVEEP.org/mantentealdia**