

Contraer la gripe  
*es fácil*

Protegerse  
*también*



*Contraer la  
gripe es fácil*

*Vacúnase!*

**sanofi**

# El perfil de la "gripe real"

Estornudos, tos, fiebre: ¿un claro caso de gripe? No todo lo que se conoce comúnmente como gripe es una "gripe real" (influenza), sino que también podría ser una infección similar a la gripe (resfriado).<sup>1-4</sup>

## ¿En qué consiste una verdadera gripe?

Estas son algunas de sus principales características:<sup>5,6</sup>

### ¿Qué?

Los patógenos son diferentes tipos de virus de la gripe



### ¿Cómo?

Transmisión principalmente a través de gotitas (por ejemplo, al hablar, estornudar, toser), rara vez por contacto directo (por ejemplo, al darse la mano)



### ¿Cuándo?

Ocurre principalmente en la temporada de gripe (de octubre a mayo) y sobre todo durante la epidemia de gripe (generalmente de enero a marzo).



# Una infección gripal a menudo es sólo el *principio*

Una gripe real puede provocar complicaciones graves, incluida la hospitalización o la muerte.<sup>5,6</sup>

Una infección con los virus de la gripe, por ejemplo, puede aumentar significativamente el riesgo de enfermedad grave y las consecuencias asociadas a largo plazo:<sup>7,8</sup>

**10x**

mayor riesgo de  
infarto de  
miocardio

7,a,b



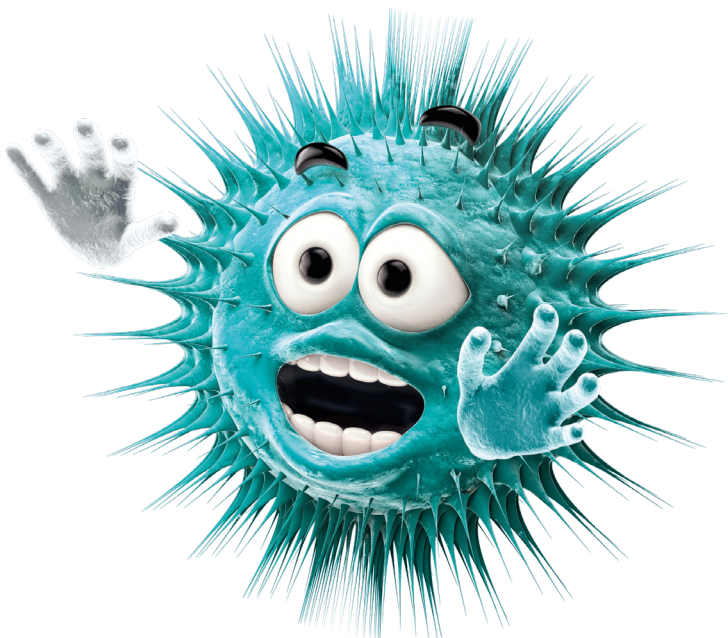
**8x**

mayor riesgo de  
ictus 7,a,b



**23%**

de los pacientes  
pierden su  
independencia 8,c

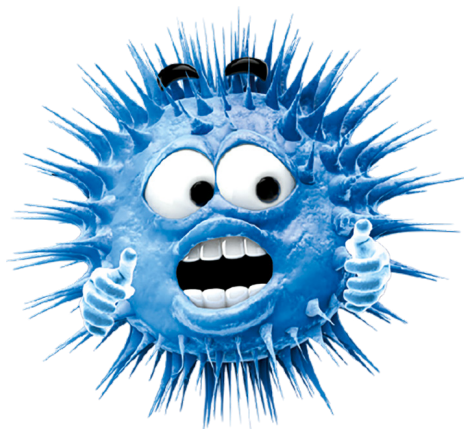


## *Gripe o infección* – similar a la gripe, ¿cuál es la diferencia?

Los síntomas de la gripe y un resfriado son muy similares. Sin embargo, existen algunas diferencias:<sup>1-6,9-11</sup>

	La Gripe (Influenza)	Resfriado (infección similar a la gripe)
Inicio de los síntomas	De repente	Gradualmente
Fiebre	Hasta 41 °C, escalofríos, sudoración	Suele aumentar sólo 0,5 °C
Moqueo nasal, estornudos	Raramente	Frecuente (nariz taponada y moqueo)
Tos	Frecuente, seca	De leve a moderada
Tiempo de Recuperación	Largo tiempo de recuperación	La recuperación es rápida
Malestar	Desde el principio (fatiga, cansancio)	Raramente
Complicaciones	Posibles, especialmente en las personas de riesgo	Raramente
Patógeno	Virus de la gripe de tipo A y B	Más de 200 virus del resfriado diferentes, por ejemplo, rinovirus.

Para identificar con certeza el patógeno, se requiere una prueba de laboratorio para ambas enfermedades.<sup>1-4</sup>



# La *vacuna* contra la gripe es *importante para todos*

STIKO estudia para quiénes se beneficiarían de una determinada vacunación y recomienda que estos grupos se vacunen contra la gripe cada otoño:<sup>12</sup>

**Personas de 60 años o más**

**Personal Médico**

(y las personas que trabajan en zonas de gran afluencia de público)

**Enfermos crónicos**

(enfermedades respiratorias, cardiovasculares, hepáticas y renales crónicas)

**Personas con diabetes mellitus**

(y otros trastornos metabólicos)

**Personas de Contacto**

(personas que podrían ser una fuente potencial de infección para personas de alto riesgo que viven en el mismo hogar o están a su cuidado a su cargo)

**Mujeres embarazadas**

(en el 2.º trimestre del embarazo, en caso de enfermedades crónicas subyacentes a partir del 1.er trimestre del embarazo)

También se recomienda la vacunación para estos grupos de personas:

- Personas de 6 meses o más con un mayor riesgo de salud debido a una enfermedad subyacente, por ejemplo:
  - Enfermedades neurológicas crónicas como la esclerosis múltiple
  - Inmunodeficiencia congénita o adquirida
  - Infección por VIH
- Residentes de residencias de ancianos

Lea la recomendación completa de STIKO (en inglés y en alemán):



# ¿Quién corre un riesgo especial de contraer la *gripe*?

Algunas poblaciones tienen un mayor riesgo de sufrir complicaciones si contraen la gripe.<sup>5,6,13</sup>

## Personas de 60 años o más

Adultos **60 años o más** corren un riesgo especial de contraer una infección por **virus de la gripe**.<sup>14-16</sup>

Ellos representan el



en relación con una gripe real.<sup>14</sup>

Hay dos razones principales para estas complicaciones.

**Con el aumento de la edad**

- **el sistema inmunológico se debilita.**<sup>15,16</sup>
- **las enfermedades crónicas se vuelven más frecuentes.**<sup>15,16</sup>

## Mujeres embarazadas

La Comisión Permanente de Vacunación (STIKO, por sus siglas en alemán) del Instituto Robert Koch recomienda que todas las mujeres embarazadas se vacunen contra la gripe.<sup>12,13,17</sup>

- Debido a su sistema inmunológico alterado, las mujeres embarazadas con gripe pueden desarrollar complicaciones. Tienen un mayor riesgo de hospitalización e incluso de muerte.
- Los anticuerpos maternos contra los virus de la gripe se transfieren al feto a través de la placenta, lo que posteriormente puede proteger al recién nacido no vacunado contra la gripe.

## Personas con *enfermedades cardiovasculares*

La gripe puede tener graves consecuencias para las personas con enfermedades cardiovasculares.

Esto se debe a que los virus de la gripe pueden atacar tanto al corazón como a los vasos sanguíneos.<sup>18</sup>

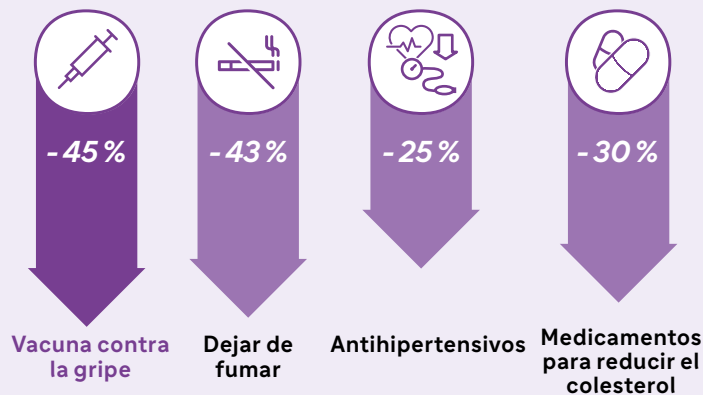
Las personas con enfermedades cardíacas de **65 años o más se ven particularmente afectadas** : tienen **5 veces mayor riesgo** de morir de gripe que las personas de la misma edad sin enfermedades cardíacas.<sup>19</sup>

### Cuando se trata de *la salud del corazón*, una *inyección* también puede ayudar.

La vacuna contra la gripe es **la medida de protección más importante** contra los altos riesgos para la salud de una gripe real.<sup>5</sup> Esto es especialmente cierto para las personas que ya han tenido una enfermedad cardiovascular grave, como un infarto de miocardio.

¿Sabías que la vacuna contra la gripe es tan eficaz como dejar de fumar para reducir el riesgo de sufrir un infarto de miocardio?<sup>20-22</sup>

### Reducción del riesgo de sufrir un accidente cardiovascular grave<sup>21,22,d</sup>



## Personas con *Diabetes* (enfermedad del azúcar)

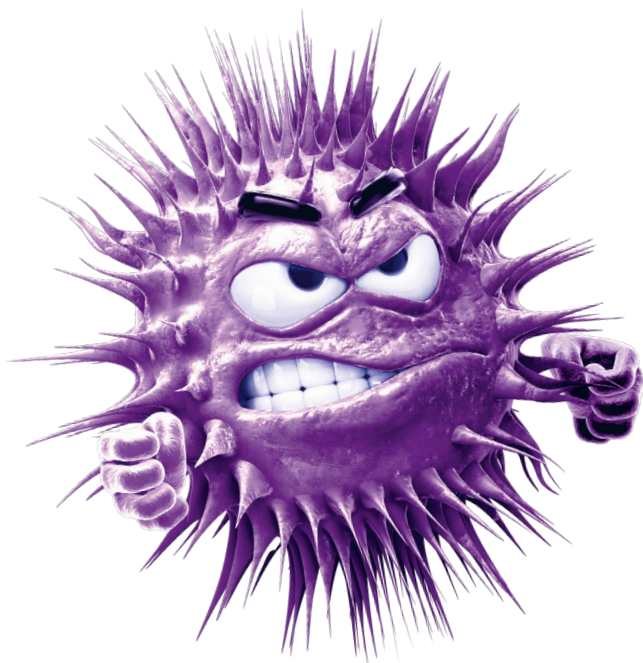
Las personas con diabetes tienen un doble riesgo de contraer gripe:

- Debido a su sistema inmunológico debilitado, se infectan más fácilmente con los virus de la gripe.<sup>23</sup>
- Las complicaciones pueden ser más frecuentes, por ejemplo:<sup>24,25</sup>

**74%**  
mayor riesgo de  
desequilibrios de  
azúcar en sangre<sup>24,e</sup>



**30%**  
de los adultos  
hospitalizados por  
gripe tienen  
diabetes<sup>25</sup>





# Vacunación contra la gripe: ¿cuándo, dónde y por qué cada año?



**¿Cuál** es el mejor momento para vacunarse contra la gripe?

A partir de octubre, pero también puede ser útil durante la epidemia de gripe (enero - marzo).<sup>13</sup>



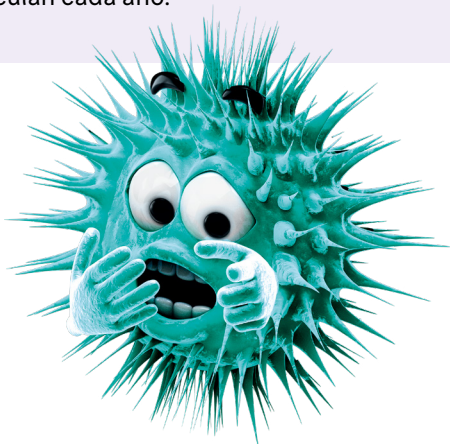
**¿Dónde** puedo vacunarme contra la gripe?

En consultorios de médicos de generalistas y especialistas, así como en muchas farmacias. Lo mejor que puedes hacer es preguntar.<sup>26</sup>



**¿Por qué** necesitamos vacunarnos contra la gripe cada año es?

La gripe es causada por diferentes variantes del virus. La composición de estas variantes cambia constantemente. Por ello, las vacunas contra la gripe se adaptan a los virus que circulan cada año.<sup>27</sup>



#### Notas al pie:

- a En un estudio de casos y controles autocontrolado de adultos de 40 años o más, aproximadamente el 90 % de los cuales tenían 50 años o más y no tenían antecedentes de infarto infarto de miocardio cardíaco o ictus.<sup>7</sup>
- b En los tres días posteriores a una infección de gripe confirmada por laboratorio, en comparación con el período anterior a la infección de gripe.<sup>7</sup>
- c En un estudio de cohorte de 925 pacientes de 65 años o más que fueron hospitalizados con gripe confirmada por laboratorio y otras enfermedades respiratorias agudas.<sup>8</sup>
- d La comparación se basa en una revisión sistemática de estudios sobre prevención primaria y secundaria del infarto infarto de miocardio
- e En un análisis de cohorte retrospectivo con 54 656 pacientes con diabetes mellitus tipo 2 y un grupo control de 113 016 personas sin diabetes mellitus; de 18 años de edad o más. Los datos se recopilaban durante la temporada de gripe 2016/17.<sup>24</sup>

#### Referencias:

1. Centers for Disease Control and Prevention. Cold Versus Flu. Stand: 29.09.2022. unter: <https://www.cdc.gov/flu/symptoms/coldflu.htm> (abgerufen: 31.05.2024)
2. Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). Erkältung. Stand: 31.10.2023. unter: <https://www.gesundheitsinformation.de/erkaeltung.html> (abgerufen: 31.05.2024)
3. Helmholtz Zentrum München. Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt (GmbH). Was ist eine Erkältung? Stand: 22.02.2022. unter: <https://www.lungeninformationsdienst.de/krankheiten/virale-infekte/erkaeltung/grundlagen> (abgerufen: 31.05.2024)
4. Helmholtz Zentrum München. Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt (GmbH). Grippe (Influenza): Diagnose. Stand: 04.08.2016. unter: <https://www.lungeninformationsdienst.de/krankheiten/virale-infekte/grippe/diagnose> (abgerufen: 31.05.2024)
5. Robert Koch-Institut (RKI). RKI-Ratgeber. Influenza (Teil 1): Erkrankungen durch saisonale Influenzaviren. Stand: 19.01.2018. unter: [https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Merkblaetter/Ratgeber\\_Influenza\\_saisonal.html](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Merkblaetter/Ratgeber_Influenza_saisonal.html) (abgerufen: 31.05.2024)
6. Robert Koch-Institut (RKI). Häufig gestellte Fragen und Antworten zur Grippe. Gesamtstand: 27.12.2023. unter: [https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Influenza/FAQ\\_Liste.html](https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Influenza/FAQ_Liste.html) (abgerufen: 08.01.2025)
7. Warren-Gash C, et al. Laboratory-confirmed respiratory infections as triggers for acute myocardial infarction and stroke: a self-controlled case series analysis of national linked datasets from Scotland. *Eur Respir J*. 2018 Mar 29;51(3):1701794.
8. Andrew MK, et al. Persistent Functional Decline Following Hospitalization with Influenza or Acute Respiratory Illness. *J Am Geriatr Soc*. 2021 Mar;69(3):696-703.
9. Robert Koch-Institut (RKI). Virus und Erkrankung. Stand: 18.09.2023. unter: [https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Influenza/FAQ\\_Liste\\_Virus.html](https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Influenza/FAQ_Liste_Virus.html) (abgerufen: 31.05.2024)
10. Greenberg SB. Update on Human Rhinovirus and Coronavirus Infections. *Semin Respir Crit Care Med*. 2016 Aug;37(4):555-71.
11. Guertler LG. Influenza. *DoctorConsult - The Journal. Wissen für Klinik und Praxis*. 2010;1(2):e111-e115. doi:10.1016/j.dcjwkp.2010.06.009
12. Robert Koch-Institut (RKI). *Epi Bull* 2024;44:3-23. unter: [https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2024/Ausgaben/44\\_24.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2024/Ausgaben/44_24.pdf?__blob=publicationFile) (abgerufen: 08.01.2025)
13. Robert Koch-Institut (RKI). Antworten auf häufig gestellte Fragen zur Schutzimpfung gegen Influenza. Gesamtstand: 25.01.2024. unter: [https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Impfen/Influenza/FAQ\\_Uebersicht.html](https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Impfen/Influenza/FAQ_Uebersicht.html) (abgerufen: 31.05.2024)
14. Centers for Disease Control and Prevention. Flu & People 65 Years and Older. Stand: 21.03.2024. unter: <https://www.cdc.gov/flu/highrisk/65over.htm#print> (abgerufen: 31.05.2024)
15. Amanna IJ. Balancing the Efficacy and Safety of Vaccines in the Elderly. *Open Longev Sci*. 2012 Jun 29;6(2012):64-72.
16. Robert Koch-Institut (RKI). *Epid Bull* 2021;1:3-25. unter: [https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2021/Ausgaben/01\\_21.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2021/Ausgaben/01_21.pdf?__blob=publicationFile) (abgerufen: 31.05.2024)

17. Robert Koch-Institut (RKI). Epid Bull 2010;31:299- 309. unter: [https://www.rki.de/DE/Content/Kommissionen/STIKO/Empfehlungen/Begruendung/influenza\\_aenderung.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.rki.de/DE/Content/Kommissionen/STIKO/Empfehlungen/Begruendung/influenza_aenderung.pdf?__blob=publicationFile) (abgerufen: 31.05.2024)
18. Skaarup KG et al. Influenza and cardiovascular disease pathophysiology: strings attached. Eur Heart J Suppl. 2023 Feb 14;25(Suppl A):A5-A11.
19. Schanzer DL, et al. Co-morbidities associated with influenza-attributed mortality, 1994-2000, Canada. Vaccine. 2008 Aug 26;26(36):4697-703.
20. Behrouzi B, et al. Association of Influenza Vaccination With Cardiovascular Risk: A Meta-analysis. JAMA Netw Open. 2022 Apr 1;5(4):e228873.
21. MacIntyre CR, et al. Influenza vaccine as a coronary intervention for prevention of myocardial infarction. Heart. 2016 Dec 15;102(24):1953-1956.
22. Yedlapati SH, et al. Vaccines and cardiovascular outcomes: lessons learned from influenza epidemics. Eur Heart J Suppl. 2023 Feb 14;25(Suppl A):A17-A24.
23. Gupta S et al., Infections in diabetes mellitus and hyperglycemia. Infect Dis Clin North Am. 2007 Sep;21(3):617-38, vii
24. Samson SI, et al. Quantifying the Impact of Influenza Among Persons With Type 2 Diabetes Mellitus: A New Approach to Determine Medical and Physical Activity Impact. J Diabetes Sci Technol. 2021 Jan;15(1):44-52.
25. Centers for Disease Control and Prevention. Flu & People with Diabetes. Stand: 20.03.2024. unter: <https://www.cdc.gov/flu/highrisk/diabetes.htm#print> (abgerufen: 31.05.2024)
26. ABDA. Faktenblatt. Gripeschutzimpfungen in Apotheken. Stand: Dezember 2022, unter: [https://www.abda.de/fileadmin/user\\_upload/assets/Faktenblaetter/Faktenblatt\\_Gripeschutzimpfung\\_in\\_Apotheken.pdf](https://www.abda.de/fileadmin/user_upload/assets/Faktenblaetter/Faktenblatt_Gripeschutzimpfung_in_Apotheken.pdf) (abgerufen: 31.05.2024)
27. Robert Koch-Institut (RKI). Kurz & Knapp – Faktenblätter zum Impfen. Influenza. Stand: September 2023. unter: [https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/Faktenblaetter/Influenza.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/Faktenblaetter/Influenza.pdf?__blob=publicationFile) (abgerufen: 31.05.2024)

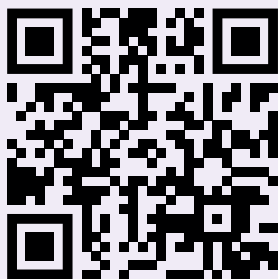
**Contraer la gripe  
*es fácil***

**Protegerse  
*también***

**Habla ahora con su médico y vacúnase.**

**Compruebe su cartilla de vacunación y pida una cita para  
vacunarse contra la gripe.**

**Más información en  
*[impfen.sanofi.de/grippe](https://impfen.sanofi.de/grippe)***



Sanofi-Aventis Deutschland GmbH  
Lützowstraße 107 | 10785 Berlin | [www.sanofi.de](https://www.sanofi.de)

**sanofi**