



# Temporada de Virus Respiratorios

## Preguntas Frecuentes

A medida que se acerca la temporada de virus respiratorios, es importante mantenerse informado y preparado para protegerse a sí mismo, a su familia y a su comunidad. Nos comprometemos a proporcionar información clara y precisa para ayudarle a navegar esta temporada de manera segura. Estas preguntas frecuentes abordan preguntas comunes sobre virus respiratorios como la gripe, el COVID-19 y el VRS. Ya sea que esté buscando reducir su riesgo o necesite asesoramiento sobre qué hacer si usted o un ser querido se enferma, tenemos las últimas recomendaciones para usted.

### ¿Qué debo hacer si presento síntomas de un virus respiratorio?

- Cualquier persona con síntomas respiratorios, como tos, secreción nasal o fiebre, debe tomar precauciones para evitar la propagación a otras personas.
- Esto significa quedarse en casa, si es posible, y mantenerse alejado de los demás (a menos que necesite atención médica) durante al menos 24 horas hasta que no tenga fiebre sin usar medicamentos para reducirla y sus síntomas estén mejorando en general.
- Si no puede aislarse, use una mascarilla bien ajustada alrededor de otras personas.
- Al finalizar el aislamiento y durante los cinco días siguientes, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan prácticas de higiene mejoradas, usar una mascarilla bien ajustada y mantener la mayor distancia física posible de los demás cuando esté en interiores.

### ¿Cómo puedo hacerme una prueba para saber qué virus tengo?

- Los virus respiratorios pueden ser causados por COVID-19, influenza, VRS u otros virus comunes, incluido el resfriado común.
- Es importante, especialmente si es vulnerable a resultados graves de salud, hacerse una prueba para determinar qué tipo de virus tiene. Esto ayudará a determinar si hay un tratamiento disponible y recomendado.
- El gobierno federal está ofreciendo nuevamente a cada hogar cuatro pruebas gratuitas de COVID-19 para hacer en casa este año.
- Los kits de prueba para la gripe y el COVID-19 también se venden sin receta en tiendas y en línea.
- Para hacerse una prueba en una clínica, comuníquese con su proveedor de atención médica.
- Puede encontrar lugares que realizan pruebas en persona y sin costo cerca de usted utilizando el localizador de pruebas del programa federal ICATT (Aumentar el Acceso a Pruebas en la Comunidad).

### ¿Qué tratamiento está disponible para el COVID-19?

- Existen tratamientos antivirales efectivos para el COVID-19, pero deben ser recetados por un proveedor de atención médica y comenzarse dentro de los 5 a 7 días posteriores a la aparición de los síntomas.
- Si da positivo en la prueba de COVID-19 y tiene más de 65 años, está inmunocomprometido o tiene un mayor riesgo de padecer una enfermedad grave por alguna otra razón, hable con su proveedor de atención médica para iniciar el tratamiento de inmediato, incluso si sus síntomas son leves. Si no tiene un proveedor de atención médica, comuníquese con su farmacia local, centro de salud comunitario o departamento de salud local.

### ¿Qué tratamiento está disponible para la gripe?

- Los tratamientos antivirales para la gripe son más efectivos cuando se administran dentro de las 48 horas posteriores al inicio de los síntomas y solo están disponibles con receta médica. Las personas mayores, los niños pequeños y las personas embarazadas o que tienen afecciones como diabetes, asma y enfermedades cardíacas tienen un mayor riesgo de complicaciones y deben comunicarse con un proveedor de atención médica para evaluar la necesidad de tratamiento lo antes posible.

### ¿Cómo puedo protegerme a mí y a mi familia de los virus respiratorios?

- Mantenerse al día con las vacunas es la mejor manera de protegerse a sí mismo y a quienes le rodean de enfermedades graves, hospitalización y muerte.
- Practicar una buena higiene cubriéndose la boca y la nariz al toser o estornudar, lavarse o desinfectarse las manos con frecuencia y limpiar superficies que se tocan con frecuencia.
- Tomar medidas para mejorar la calidad del aire, como permitir más aire fresco del exterior, purificar el aire interior o reunirse al aire libre.
- Si es vulnerable a resultados graves y sabe que los virus respiratorios están circulando a tasas elevadas, considere usar una mascarilla bien ajustada en espacios interiores.
- Puede encontrar un panorama de los datos de enfermedades respiratorias en el Tablero de Enfermedades Respiratorias Estacionales del IDPH.

### ¿Dónde puedo obtener las vacunas?

- Las nuevas vacunas contra el COVID-19 y la gripe están disponibles en farmacias y a través de hospitales y clínicas comunitarias de salud. La forma más fácil de encontrar un lugar cercano es el sitio web federal [vaccines.gov](https://www.vaccines.gov) o el Tablero de Localización de Vacunas del IDPH.
- Las principales cadenas de farmacias le permiten hacer una cita en línea para recibir la vacuna.
- Comuníquese con su proveedor de atención médica si necesita la vacuna contra el VRS.

### ¿Puedo recibir las vacunas contra el COVID-19 y la gripe al mismo tiempo?

- Sí, no hay inconveniente en recibir ambas vacunas al mismo tiempo. También le ahorrará la molestia de tener que hacer un segundo viaje a la farmacia o al proveedor de atención médica.

### ¿Por qué debería vacunarme contra el COVID-19 si ya lo tuve antes y no me enfermé mucho?

- Las nuevas vacunas contra el COVID-19 están diseñadas para atacar las cepas del virus que están circulando actualmente, y son muy efectivas para prevenir resultados graves, incluidas hospitalizaciones y muertes.
- Solo porque haya tenido COVID-19 antes y no haya sido grave, no significa que sus síntomas no puedan ser más severos la próxima vez. Las vacunas también le brindan protección contra el COVID-19 prolongado.

### ¿Qué pasa si no tengo cobertura médica y no puedo pagar las vacunas?

- Si no tiene cobertura médica a través de un plan privado, Medicare o Medicaid, el IDPH opera el Programa de Vacunas para Niños, que proporciona vacunas sin costo para niños de 18 años o menos.
- Los adultos sin seguro tienen varias opciones. Pueden consultar con su departamento de salud local o utilizar la función de búsqueda para ponerse en contacto con una clínica gratuita y benéfica o un Centro de Salud Comunitario.



# Vacunas de Otoño

## Preguntas Frecuentes

Las vacunas son una de las herramientas más efectivas para protegerse a sí mismo y a los demás de enfermedades graves, incluidos los virus respiratorios como el COVID-19, la gripe y el VRS. Nos dedicamos a ayudarle a tomar decisiones informadas sobre la vacunación. Estas preguntas frecuentes cubren preguntas comunes sobre la seguridad de las vacunas, la elegibilidad y dónde vacunarse. Ya sea que esté buscando detalles sobre refuerzos, calendarios de vacunación o guía general, este recurso le proporciona la información que necesita para mantenerse protegido.

### ¿Qué nuevas vacunas han sido aprobadas para este otoño e invierno?

- La Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) ha aprobado, y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan, vacunas contra el COVID-19, la gripe y el VRS para este otoño.
- Las vacunas actualizadas contra el COVID-19 y la gripe están recomendadas para todas las personas mayores de 6 meses.
- Se recomienda una sola dosis de la vacuna contra el VRS para adultos de 75 años o más y para adultos de 60 a 74 años que tengan mayor riesgo de padecer una enfermedad grave por VRS. Los adultos que ya hayan recibido la vacuna contra el VRS no deben recibir otra dosis.

### ¿Dónde puedo obtener las vacunas?

- Las nuevas vacunas están disponibles en farmacias, hospitales y clínicas comunitarias de salud. La forma más fácil de encontrar un lugar cercano es a través del sitio web federal [vaccines.gov](https://www.vaccines.gov) o el Tablero de Localización de Vacunas del IDPH.
- Las principales cadenas de farmacias le permiten hacer una cita en línea para las vacunas contra el COVID-19 y la gripe.
- Comuníquese con su proveedor de atención médica si necesita la vacuna contra el VRS.

### ¿Por qué debería vacunarme contra el COVID-19 si ya lo tuve antes y no me enfermé mucho?

- Las nuevas vacunas contra el COVID-19 están diseñadas para atacar las cepas del virus que actualmente circulan. Son muy efectivas para prevenir resultados graves, incluidas hospitalizaciones y muertes.
- Solo porque haya tenido COVID-19 antes y no haya sido grave, no significa que sus síntomas no puedan ser más severos la próxima vez. Las vacunas también le brindan protección contra el COVID-19 prolongado.
- También hay evidencia de que recibir la vacuna puede ayudar a prevenir la transmisión del virus, incluso si se enferma, al reducir la gravedad de síntomas como estornudos y tos. Esto protege a quienes le rodean.

### ¿Puedo recibir las vacunas contra el COVID-19 y la gripe al mismo tiempo?

- Sí, no hay inconveniente en recibir ambas vacunas al mismo tiempo. También le ahorrará la molestia de tener que hacer un segundo viaje a la farmacia o al proveedor de atención médica.

### ¿Qué pasa si no tengo cobertura médica y no puedo pagar las vacunas?

- Si no tiene cobertura médica, ya sea a través de un plan privado, Medicare o Medicaid, el IDPH opera el Programa de Vacunas para Niños, que proporciona vacunas sin costo para niños de 18 años o menos.
- Los adultos sin seguro tienen varias opciones. Pueden consultar con su departamento de salud local o usar la función de búsqueda para ponerse en contacto con una clínica gratuita y benéfica o un Centro de Salud Comunitario.

### ¿Debería vacunarme ahora o esperar más tarde en la temporada?

- Si ha tenido COVID-19 recientemente o ha sido vacunado recientemente, debe consultar con su proveedor de atención médica sobre el momento adecuado para vacunarse.
- Todos los demás deben hacer planes para vacunarse antes de que comience la temporada de virus respiratorios de otoño e invierno.
- Dado que la efectividad de las vacunas ha disminuido con el tiempo, algunas personas pueden preferir esperar hasta más adelante en el otoño si desean tener protección completa durante la temporada de vacaciones de invierno. Aquellos que están en riesgo de resultados graves deben discutir el momento de recibir sus vacunas con su proveedor de atención médica.