

# Es un buen año para vacunarse contra la gripe

Washington, DC (KHN vía EFE News).- La temporada de influenza se verá diferente este año, ya que los Estados Unidos se enfrentan a una pandemia de coronavirus que ya ha matado a más de 172.000 personas. Muchos estadounidenses son reacios a ir al médico y los funcionarios de salud pública temen que las personas eviten vacunarse. Aunque a veces se considera incorrectamente como un resfriado, la gripe también mata a decenas de miles de personas en el país cada año. Los más vulnerables son los niños pequeños, los adultos mayores y las personas con enfermedades subyacentes. Cuando se combina con los efectos de COVID-19, los expertos en salud pública dicen que es más importante que nunca vacunarse contra la gripe. Si una cantidad suficiente de la población se vacuna, más del 45 % lo hizo la temporada de gripe pasada, podría ayudar a evitar un escenario de pesadilla este invierno, con hospitales llenos de pacientes con COVID-19 y los que sufren los efectos graves de la influenza. Además de la posible carga para los hospitales, existe la posibilidad de que las personas contraigan ambos virus y "nadie sabe qué sucede si se contrae influenza y COVID simultáneamente porque nunca sucedió antes", dijo la doctora Rachel Levine, secretaria de Salud de Pennsylvania, a reporteros. En respuesta, este año los fabricantes están produciendo más suministros de vacunas, entre 194 y 198 millones de dosis, unas 20 millones más de las que se distribuyeron la temporada pasada, según los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC). Mientras se acerca la temporada de gripe, aquí hay algunas respuestas a preguntas frecuentes:

P: ¿Cuándo debo vacunarme contra la gripe? La publicidad ya ha comenzado y algunas farmacias y clínicas ya tienen sus suministros. Pero, debido a que la efectividad de la vacuna puede disminuir con el tiempo, los CDC recomiendan no recibir la dosis en agosto. Muchas farmacias y clínicas comenzarán las inmunizaciones a principios de septiembre. Generalmente, los virus de la influenza comienzan a circular a mediados o fines de octubre, pero se expanden masivamente más tarde, en el invierno. Se necesitan aproximadamente dos semanas después de recibir la inyección para que los anticuerpos, que circulan en la sangre y frustran las infecciones, se acumulen. "Las personas jóvenes y sanas pueden comenzar a vacunarse contra la gripe en septiembre, y las personas mayores y otras poblaciones vulnerables pueden hacerlo en octubre", dijo el doctor Steve Miller, director clínico de la aseguradora Cigna. Los CDC recomiendan que las personas "se vacunen contra la influenza a fines de octubre", pero señalaron que se puede recibir la vacuna más tarde porque "aún puede ser beneficiosas y la vacunación debe ofrecerse a lo largo de toda la temporada de influenza". Aun así, algunos expertos recomiendan no esperar demasiado este año, no solo por COVID-19, sino también en caso de que haya escasez debido a la abrumadora demanda.

P: ¿Cuáles son las razones por las que las que



**Una enfermera aplica a un hombre una vacuna contra la gripe. EFE/ Juan Ignacio Roncoroni/Archivo**

debería ofrecer mi brazo para vacunarme? Hay que vacunarse porque brinda protección contra la gripe y, por lo tanto, contra la propagación a otras personas, lo que puede ayudar a disminuir la carga para los hospitales y el personal médico. Y hay otro mensaje que puede resonar en estos tiempos extraños. "Le da a la gente la sensación de que hay algunas cosas que pueden controlar", dijo Eduardo Sánchez, director médico de prevención de la American Heart Association. Si bien una vacuna contra la gripe no evitará COVID-19, recibirla podría ayudar al médico a diferenciar entre las dos enfermedades si se desarrolla algún síntoma (fiebre, tos, dolor de garganta) que ambas infecciones comparten, explicó Sánchez. Y aunque las vacunas contra la gripe no evitarán todos los casos de gripe, vacunarse puede reducir la gravedad si la persona se enferma, dijo. Todas las personas elegibles, especialmente los trabajadores esenciales, los que sufren de afecciones subyacentes y aquellos en mayor riesgo, incluidos los niños muy pequeños y las mujeres embarazadas, deben buscar protección, dijeron los CDC. La entidad recomienda la vacunación a partir de los 6 meses.

P: ¿Qué sabemos sobre la efectividad de la vacuna de este año? Se deben producir nuevas vacunas contra la gripe cada año, porque el virus muta y la efectividad de la vacuna varía, dependiendo de qué tan bien coincida con el virus circulante. Se calculó que la formulación del año pasado tuvo una eficacia de aproximadamente un 45 % para prevenir la gripe en general, con una efectividad de aproximadamente un 55 % en los niños. Las vacunas disponibles en el país este año tienen como objetivo prevenir al menos tres cepas diferentes del virus, y la mayoría cubre cuatro. Todavía no se sabe qué tan bien coincidirá el suministro de este año con las cepas que circularán en los Estados Unidos. Las primeras indicaciones del hemisferio sur, que atraviesa su temporada de gripe durante nuestro verano, son alentadoras. Allí, las personas practicaron el distanciamiento social, usaron máscaras y se vacunaron en mayor número este año, y los niveles mundiales de gripe son más bajos de lo esperado. Sin embargo, expertos advierten que no se debe contar con una temporada igual de suave en los Estados Unidos, en parte porque los esfuerzos por usar máscara facial y de distanciamiento social

varían ampliamente.

P: ¿Qué están haciendo diferente los seguros y sistemas de salud este año?

Las aseguradoras y los sistemas de salud contactados por KHN dicen que seguirán las pautas de los CDC, que exigen limitar y espaciar la cantidad de personas que esperan en las filas y las áreas de vacunación. Algunos están programando citas para vacunas contra la gripe para ayudar a controlar el flujo. Health Fitness Concepts, una compañía que trabaja con UnitedHealth Group y otras empresas para establecer clínicas de vacunación contra la gripe en el noreste del país, dijo que está "fomentando eventos más pequeños y frecuentes para apoyar el distanciamiento social" y "exigiendo que se completen todos los formularios y arremangarse las camisas antes de entrar al área de vacunación contra la influenza". Se requerirá que todos usen máscaras. Además, a nivel nacional, algunos grupos médicos contratados por UnitedHealth instalarán carpas, para que las inyecciones se puedan administrar al aire libre, dijo un vocero. Kaiser Permanente planifica las vacunas directamente en autos en algunos de sus centros médicos y está probando los procedimientos de detección y registro sin contacto en algunos lugares. Geisinger Health, un proveedor de salud regional en Pennsylvania y Nueva Jersey, dijo que también tendría programas de vacunación contra la influenza al aire libre en sus instalaciones. Además, "Geisinger exige que todos los empleados reciban la vacuna contra la influenza este año", dijo Mark Shelly, director de prevención y control de infecciones del sistema. "Al dar este paso, esperamos transmitir a nuestros vecinos la importancia de la vacuna contra la influenza para todos".

P: ¿Qué están haciendo las farmacias para alentar a las personas a vacunarse contra la gripe? Algunas farmacias están haciendo un esfuerzo adicional para salir a la comunidad y ofrecer vacunas contra la gripe. Walgreens, que tiene casi 9.100 farmacias en todo el país, continúa una asociación iniciada en 2015 con organizaciones comunitarias, iglesias y empleadores que ha ofrecido alrededor de 150.000 clínicas de gripe móviles hasta la fecha. El programa pone especial énfasis en trabajar con poblaciones vulnerables y en áreas desatendidas, dijo el doctor Kevin Ban, director médico de la cadena de farmacias. Walgreens comenzó a ofrecer vacunas contra la gripe a mediados de agosto y está animando a las personas a no demorar en vacunarse. Tanto Walgreens como CVS están estimulando a las personas a programar citas y hacer trámites en línea este año para minimizar el tiempo que pasan en los locales. En los CVS MinuteClinic, una vez que los pacientes se han registrado para recibir la vacuna contra la gripe, deben esperar afuera o en su automóvil, ya que las áreas de espera interiores ahora están cerradas. "No tenemos un arsenal contra COVID", dijo Ban, de Walgreens. "Pero quitar la presión del sistema de atención médica proporcionando vacunas por adelantado es algo que sí podemos hacer".