Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

La gripe (influenza)

En este documento informativo, se explica qué es la gripe (influenza), incluso la forma en que se propaga y cómo reducir el riesgo de contraerla.

¿Qué es la gripe?

La gripe es causada por un virus (germen) que afecta el aparato respiratorio y puede provocar infección. El aparto respiratorio está formado por la nariz, la garganta y los pulmones.

La gripe puede llegar a ser una enfermedad grave en el caso de las personas que tienen cáncer u otras enfermedades. También puede ser grave para las personas con sistemas inmunitarios debilitados. Este sistema está compuesto por células, tejidos y órganos que ayudan al cuerpo a combatir las enfermedades. El cáncer y los tratamientos contra este, como la quimioterapia, debilitan el sistema inmunitario. Esto puede dificultarle la lucha contra la gripe. También puede ponerle en mayor riesgo de sufrir otros problemas si se enferma de gripe.

¿Es seguro recibir la vacuna contra la gripe y la vacuna contra el COVID-19 al mismo tiempo?

Sí, es seguro recibir la vacuna contra el COVID-19 y otras vacunas al mismo tiempo que la vacuna contra la gripe. No es necesario que deje pasar tiempo entre las vacunas. Es importante protegerse tanto del COVID-19 como de la gripe.

¿Cuáles son los síntomas de la gripe?

Si tiene gripe, es posible que tenga uno o más de los síntomas siguientes:

- Fiebre por encima de los 100.4 °F (38 °C), o según se lo indique su proveedor de cuidados de la salud
- Dolor de garganta
- Escalofríos
- Tos
- Problemas respiratorios (como dificultad para respirar o presión en el pecho)
- Dolor de cabeza
- Goteo nasal
- Dolores corporales
- Cansancio y molestias generales

Muchos síntomas de la gripe son los mismos que los de la COVID-19. Si cree que tiene estos síntomas, llame a su proveedor de cuidados de la salud de inmediato.

¿Cómo se propaga la gripe?

La gripe se propaga mediante el contacto con las gotitas de la nariz y de la garganta que provengan de una persona infectada. La persona infectada libera gotitas que transportan el virus al aire cuando tose o estornuda. Uno puede inhalar (respirar) fácilmente esas gotitas y enfermarse.

La gripe también se propaga si esas gotitas caen en superficies alrededor de una persona infectada. Entonces, si uno toca la superficie y luego se toca la nariz, la boca o los ojos, es posible que se infecte.

¿Qué puedo hacer para reducir el riesgo de enfermarme de gripe o de pasársela a otras personas?

- Póngase la vacuna contra la gripe todos los años.

- Pídales a familiares y amigos cercanos que se pongan la vacuna contra la gripe.
- Siempre tosa o estornude sobre un pañuelo desechable o en el codo, no en la mano.
- Lávese las manos durante al menos 20 segundos o límpielas con frecuencia con un desinfectante de manos a base de alcohol, en particular después de toser o estornudar. Lea el recurso *Higiene de manos y prevención de infecciones* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/hand-hygiene-preventing-infection) para aprender a limpiarse las manos de manera correcta.
- No comparta objetos, como tazas, vasos, utensilios para comer o juguetes.
- Evite el contacto cercano con personas que tengan gripe o síntomas de la misma.
- Si tiene gripe, evite el contacto cercano con otras personas hasta que los síntomas de la gripe desaparezcan.

Hay medicamentos antivirales que puede tomar, los cuales previenen o reducen los síntomas de la gripe. Su proveedor de cuidados de la salud puede recetarle estos medicamentos. Estas medicinas no deberían reemplazar la vacuna anual contra la gripe.

¿Dónde puedo ponerme la vacuna contra la gripe?

Puede ponerse la vacuna contra la gripe en su farmacia local. Visite www.vaccinefinder.org para encontrar un centro en el que se ofrezcan vacunas contra la gripe cerca de usted. Si es paciente de Memorial Sloan Kettering (MSK), también puede ponerse la vacuna contra la gripe en un centro de MSK. Llame a su proveedor de cuidados de la salud para programar una cita.

¿Cuándo debería ponerme la vacuna contra la gripe?

Recomendamos que se ponga la vacuna contra la gripe en septiembre o en

octubre. Siempre es un buen momento para ponerse la vacuna contra la gripe, pero hacerlo lo antes posible puede ayudar a protegerle durante la temporada de gripe.

¿Me contagiaré de gripe debido a la vacuna contra la gripe?

No. Las vacunas contra la gripe no transmiten la gripe. Los efectos secundarios más comunes de la vacuna contra la gripe son dolor, enrojecimiento, sensibilidad e inflamación en la zona en la que le pusieron la vacuna.

¿Qué pasa si estoy en el hospital y tengo gripe?

Si tiene gripe mientras se encuentre en el hospital, tomaremos medidas especiales de seguridad con el fin de evitar que la enfermedad se transmita.

Si tiene gripe mientras se encuentre en el hospital:

- Será llevado a una habitación privada.
- Cualquier persona que entre a su habitación tendrá que lavarse las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol antes de entrar y después de salir de su habitación. Se colocará un cartel en la puerta a modo de recordatorio.
- Cualquier persona que entre a su habitación deberá usar una mascarilla, una bata amarilla y guantes mientras permanezca en su habitación. Esos artículos se encuentran afuera del cuarto. Se colocará un cartel en la puerta a modo de recordatorio.
- Si sale del cuarto para hacerse exámenes, entonces deberá ponerse una mascarilla, una bata amarilla y guantes.
- No podrá caminar por su unidad ni ir a ninguna de las siguientes áreas del hospital:
    - La despensa de su unidad
    - El centro de recreación en M15

- Las áreas de recreación pediátrica en M9 y el Centro de Atención Pediátrica Ambulatoria (PACC)
- La cafetería
- El vestíbulo principal
- Cualquier otra área pública del hospital

Puede recibir terapia artística o de masajes en su cuarto mientras siga las precauciones de seguridad.

En cuanto ya no pueda transmitirle la enfermedad a los demás puede dejar de seguir estas medidas de seguridad. Su equipo de atención médica le dirá en qué momento es seguro hacerlo.

Si tengo gripe, ¿que debo hacer al ir a mis citas de paciente ambulatorio?

- Tendrá que llevar una mascarilla sobre la boca y la nariz durante toda la cita.
- Cuando se registre para su cita, el personal de recepción le hará preguntas sobre sus síntomas. Si tiene algún síntoma, un integrante del personal le llevará a una habitación privada. Allí, un proveedor de cuidados de la salud le hará más preguntas sobre sus síntomas para ayudarle a obtener la atención que necesita.
- Para mantener a los pacientes y al personal seguros y saludables, es posible que cambiemos nuestra política de acompañantes con mayor frecuencia que la habitual. Visite www.mskcc.org/visit para obtener la información más actualizada.
- Si se siente muy enfermo para ir a su cita, llame a su proveedor de cuidados de la salud de inmediato para que se la reprograme. También, en lugar de esto, puede programar una visita por video. Para obtener más información sobre las visitas por video, lea nuestro recurso *Visitas por video en MSK* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/telemedicine-visits-msk).

¿Dónde puedo obtener más información sobre la gripe?

Si tiene preguntas, hable con su proveedor de cuidados de la salud. También puede visitar los siguientes sitios web para obtener más información:

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades
www.cdc.gov/flu

Departamento de Salud del Estado de Nueva York
www.health.ny.gov/flu

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

The Flu (Influenza) - Last updated on June 25, 2026
Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center