

Protege a los dos contra la gripe

La vacuna contra la gripe te protege a ti y a tu bebé.

La vacuna contra la gripe es una forma segura y efectiva de protegerte a ti y a tu bebé contra la gripe si estás embarazada. Es seguro ponértela en cualquier momento durante el embarazo, y puede proteger a tu bebé hasta 6 meses después de nacido. Si no te vacunas contra la gripe corres el riesgo de que te dé gripe.

La gripe cuando estás embarazada no sólo te hace sentir muy mal, sino también pone en riesgo a tu bebé. Y peor aun, si te da gripe durante el embarazo, es posible que no puedas tomar ciertas medicinas para aliviar los síntomas, porque estas podrían poner en riesgo a tu bebé también.

Si eres como muchas otras mujeres, tendrás preguntas sobre vacunarte contra la gripe si estás embarazada. Hemos reunido algunas de las preguntas más comunes que las mujeres tienen, junto con respuestas que se apoyan en algunas de las investigaciones médicas más recientes.



Preguntas y respuestas sobre el embarazo y la prevención de la gripe.

¿Cómo evito que me dé gripe?

Vacunarte contra la gripe cuando estás embarazada es la mejor forma de protegerte a ti y a tu bebé contra la gripe. Otras medidas preventivas adicionales son lavarte las manos y mantenerte lejos de las personas infectadas con gripe.

¿Por qué necesito vacunarme contra la gripe?

La gripe puede causarte graves problemas si estás embarazada. Las mujeres embarazadas a las que les da gripe corren mayor riesgo de ser hospitalizadas, y hasta de morir, que las mujeres que no están embarazadas. Las enfermedades graves en las mujeres embarazadas también pueden ser peligrosas para sus bebés antes de nacidos porque hacen que aumenten las probabilidades de que tengan graves problemas, como el trabajo de parto y el alumbramiento prematuros.

¿Cómo nos protege de la gripe a mí y a mi bebé la vacuna contra la gripe?

Cuando te vacunas contra la gripe, tu cuerpo tarda alrededor de dos semanas en hacer anticuerpos que ayudan a protegerte contra la gripe. Los anticuerpos pueden ser transmitidos a tu bebé antes de nacido, y ayudan a proteger a tu bebé por hasta seis meses después de nacido. Eso es importante porque no se puede vacunar contra la gripe a los bebés hasta que cumplen los 6 meses de edad.

¿Es seguro vacunarme contra la gripe si estoy embarazada? ¿Puede dañar a mi bebé?

Han estado poniendo vacunas contra la gripe por más de 50 años y estas tienen muy buen historial de seguridad. Las vacunas se hacen de la misma forma cada año, y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y la

Administración de Alimentos y Fármacos vigilan de cerca su seguridad. Han puesto millones de vacunas contra la gripe a mujeres embarazadas a lo largo de muchos años. No se ha demostrado que las vacunas causen daño a las mujeres embarazadas o a sus bebés antes de nacidos.

¿Cuándo es seguro vacunarme contra la gripe si estoy embarazada? ¿El primer trimestre, el segundo trimestre o el último trimestre?

Puedes vacunarte contra la gripe en cualquier momento, durante cualquier trimestre, si estás embarazada.

¿Es seguro darle el pecho a mi bebé si me vacuno contra la gripe?

Sí. Puedes darle el pecho a tu bebé si te has vacunado contra la gripe. Los anticuerpos también pueden transmitirse en la leche materna y estos ayudan a proteger a tu bebé contra la gripe.

¿Puede enfermarme la vacuna contra la gripe?

Después de vacunarte contra la gripe, podrías experimentar algunos efectos secundarios leves. Los efectos secundarios más comunes incluyen dolor, molestia y enrojecimiento o hinchazón donde te inyectaron la vacuna. Es posible que a veces experimentes dolor de cabeza, dolores musculares, fiebre leve, náusea o cansancio.

¿Dónde puedo vacunarme contra la gripe?

Habla de vacunarte contra la gripe con tu proveedor de salud. Las vacunas contra la gripe se ofrecen en varios lugares, como el consultorio de tu proveedor de salud, las farmacias locales y las clínicas de salud locales.



Mantente fuerte y sana para tu bebé.

Pregúntale a tu proveedor de salud sobre la vacuna contra la gripe y dónde puedes vacunarte.

Para obtener más información, visita Protege2.org o llama al 1-800-252-9152.



Immunization Branch

Stock # 11-13643
Rev 6/16/2011

Protect Two from the Flu

The flu vaccine protects you and your baby.

The flu vaccine is a safe, effective way to protect you and your baby from the flu when you are pregnant. It's safe to get anytime during pregnancy, and it can protect your baby up to six months after birth. If you do not get the flu vaccine you are at risk for getting the flu.

Getting the flu while you are pregnant doesn't just make you feel miserable, it also puts your baby at risk. Even worse, if you do get the flu during pregnancy, you may not be able to take certain medications to relieve your symptoms, because they might put your baby at risk, too.

If you are like many women, you may have questions about getting the flu vaccine when you are pregnant. We've collected some of the most common questions women ask, along with answers backed by some of the latest medical research.



Questions and Answers about Pregnancy & Flu Prevention.

How do I keep from getting the flu?

Getting a flu vaccine when you are pregnant is the best way to protect both you and your baby from the flu. Other additional preventive measures are washing your hands and keeping away from persons who are infected with the flu.

Why do I need to have a flu vaccine?

Getting the flu can cause serious problems when you are pregnant. Pregnant women who get the flu are at higher risk of hospitalization, even death, than women who are not pregnant. Severe illness in a pregnant woman can also be dangerous to her unborn baby because it increases the chance for serious problems, such as premature labor and delivery.

How does the flu vaccine protect me and my baby against the flu?

When you get your flu vaccine, the vaccine encourages your body to start to make antibodies that help protect you against the flu. Antibodies can be passed on to your unborn baby, and help protect the baby for up to 6 months after he or she is born. This is important since babies cannot get the flu vaccine until they are 6 months old.

Is it safe to get the flu vaccine while I am pregnant? Can it hurt my baby?

Flu vaccines have been given for more than 50 years and have a very good safety track record. The vaccines are made the same way each year and their safety is closely monitored by the Centers

for Disease Control and Prevention, and the Food and Drug Administration. Millions of flu vaccines have been given to pregnant women over many years. Vaccines have not been shown to cause harm to pregnant women or their unborn babies.

When is it safe to get the flu vaccine while pregnant? First trimester, second trimester or last trimester?

You can get the flu vaccine at any time, during any trimester, while you are pregnant.

Will it be safe to breastfeed my baby if I get the flu vaccine?

Yes. You can breastfeed your baby if you have received the flu vaccine. Antibodies may also be passed in breast milk and will help protect your baby from the flu.

Can I get sick from the flu vaccine?

After getting your flu vaccine, you may experience some mild side effects. The most common side effects include soreness, tenderness, redness and/or swelling where the vaccine was given. Sometimes, you may experience headache, muscle aches, low-grade fever, nausea, or tiredness.

Where can I get the flu vaccine?

Talk to your health care provider about getting the flu vaccine. Flu vaccines are offered in various locations, such as your health care provider's office, local pharmacies, and local health clinics.



Stay strong and healthy for your baby.

Ask your health care provider about the flu vaccine and how you can get yours.

For more information, visit Protect2.org, or call 1-800-252-9152.



Immunization Branch

Stock # 11-13643
Rev 6/16/2011