

## La vacuna contra la influenza

● Históricamente, la influenza apare-

ce en los meses de invierno, ya que es un período en que las personas tienden a estar más cerca unas de otras, hay menos ventilación y el sistema inmunológico puede debilitarse debido a las bajas temperaturas. No obstante, en los años postpandemia, la influenza y otros virus respiratorios perdieron su estacionalidad y han estado circulando durante todo el año.

Prueba de ello es que en las 10 primeras semanas del año, aun estando en verano y con altas temperaturas, se registraron más de 7 mil casos de virus respiratorios, casi el triple que en el mismo periodo que en el año anterior, según cifras del Instituto de Salud Pública, ISP.

La influenza es una infección respiratoria viral que se transmite fácilmente de persona a persona y afecta a todos los grupos de edad. Es un problema de salud pública que puede causar enfermedades graves y contribuye a la muerte de alrededor de medio millón de personas cada año en todo el mundo. Por eso es tan importante la prevención.

Pero ¿cómo prevenir la influenza? La vacuna es el método disponible más seguro y accesible, ya que puede evitar entre el 70% y el 90% de las complicaciones derivadas del contagio. Dado que este virus muta en nuevas variantes, la vacuna se actualiza todos los años, siguiendo las orientaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) con el fin de centrarse

en las cepas de mayor circulación. ¡Por eso es tan importante estar al día con la inmunización!

Hay grupos que, por estar más expuestos a enfermarse gravemente, tienen prioridad para acceder a la vacuna contra la influenza. Entre ellos están: mujeres embarazadas, mayores de 60 años, niños entre 6 meses y 5º básico, personas con enfermedades crónicas, y familiares de recién nacidos prematuros y de lactantes de hasta 6 meses inmunosuprimidos.

Si alguien de tu familia está en estos grupos prioritarios, ¡no esperes el invierno! Con sólo dedicar un par de minutos para recibir la vacuna contra la influenza, ayudamos a mantener nuestra salud y asumimos la responsabilidad de proteger a nuestros seres queridos y a la comunidad, para que todos puedan llevar una vida más sana durante todo el año.

*Carolina Herrera, médico broncopulmonar y especialista en medicina intensiva en el Hospital de la Fach*