

# la gripe y usted

## ¿Sabía que...?

Cada año, **millones** de personas se enferman a causa de la influenza (gripe). ¡La gripe se propaga con facilidad y puede ser muy grave! Consulte los siguientes consejos para protegerse.

### Medidas para combatir la gripe



#### Vacúnese

Se recomienda que todas las personas mayores de 6 meses de vida se vacunen todos los años



#### Tome medicamentos antivirales

(si su proveedor lo permite)



#### Tome medidas para evitar que la gripe se propague

- Cúbrase al toser y estornudar, o use una mascarilla.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón.
- Desinfecte los objetos que puedan estar contaminados.
- Permanezca en su casa y no vaya al trabajo o a la escuela si está enfermo.
- Trate de no tocarse los ojos, la nariz ni la boca.

### Datos sobre la vacuna contra la gripe

- ✓ **No puede contraer la gripe a través de la vacuna.**
- ✓ **La vacuna es segura para los bebés y las mujeres embarazadas.** Se recomienda que todas las personas mayores de 6 meses de vida reciban la vacuna.
- ✓ **La gripe no se puede tratar con antibióticos.**
- ✓ **Los antibióticos solo matan bacterias.** La gripe es provocada por un virus.
- ✓ **Debe vacunarse todos los años.** Esto reducirá el riesgo de contraer la gripe.
- ✓ **La gripe puede ser grave.** Puede ser especialmente peligrosa para los niños pequeños, los adultos mayores y las personas con otros problemas de salud.

## ¿Cuándo debo vacunarme contra la gripe?



**La temporada de la gripe alcanza su nivel máximo de enero a marzo.** Puede durar hasta mayo. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan vacunarse todos los años en otoño/invierno.

## ¿Necesita ayuda para programar una cita con su proveedor?

Llame a Servicios al Miembro del Plan Medicaid de Meridian al **866-606-3700** (TTY: **711**), de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m.



Meridian cumple con las leyes federales aplicables en materia de derechos civiles y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad ni sexo.

**Español (Spanish):** ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **866-606-3700** (TTY: **711**).

**Polski (Polish):** UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer **866-606-3700** (TTY: **711**).