

# La temporada de enfermedades ya llegó. ¡Vacúnate ya contra la gripe (influenza)!

La gripe ha estado aquí desde siempre, pero cambia cada año. Afortunadamente, las vacunas actualizadas luchan contra el virus y te mantienen a ti y a tus seres queridos seguros.



## No dejes que la gripe te aleje de los momentos con familia y amigos, la escuela y el trabajo. ¡Vacúnate!



No hace falta hacer varios viajes a tu proveedor de atención médica. Está perfectamente bien recibir tus vacunas al mismo tiempo.



Los niños menores de 5 años, las personas embarazadas, las personas mayores de 65 años o quienes tienen una condición médica crónica (como diabetes o asma) tienen un riesgo aún mayor de enfermarse gravemente por la gripe.



Las personas pueden contagiar a los demás antes de tener síntomas, por eso es tan importante recibir la vacuna.



La gripe puede transmitirse a través de la tos, los estornudos o incluso al hablar con alguien que está infectado.



**Tu proveedor de atención médica es la mejor fuente para responder preguntas sobre las vacunas. Contacta a tu proveedor directamente.**

La vacuna contra la gripe está disponible en farmacias, consultorios médicos, clínicas comunitarias y departamentos de salud locales.

Visita [Vacunate.nc.gov](https://www.vacunatenc.gov) y aprende más sobre cómo protegerte y proteger a tu familia.