

Vacunación contra la influenza estacional

Importante protección para el trabajador de la salud

La influenza (gripe) es una enfermedad respiratoria vírica contagiosa que alcanza su punto álgido durante la estación invernal en Estados Unidos. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (**CDC**) calcula que alrededor del 8% de la población estadounidense enferma de gripe cada año. Entre 2010-2020, se calcula que cada año se producen una media de 28 millones de enfermedades, incluidas 420.000 hospitalizaciones y 35.000 muertes, a causa de la gripe estacional. La vacunación es una forma segura de prevenir la infección, reducir la gravedad y duración de la enfermedad y disminuir el contagio a otras personas. Se recomienda encarecidamente para los trabajadores de la salud que tienen una mayor exposición.

¿Cómo se propaga la influenza?

La influenza se transmite fácilmente de una persona a otra al toser, estornudar o hablar. Los infectados pueden ser contagiosos desde un día antes del inicio de los síntomas hasta 7 días después, pero son más contagiosos en los 3-4 días posteriores al desarrollo de los síntomas. La vacunación, [buena higiene de manos, etiqueta al toser y estornudar](#), y quedarse en casa cuando se está enfermo son fundamentales para prevenir la transmisión.

¿Cuál es la eficacia de las vacunas antigripales?

La eficacia de la vacuna varía de un año a otro en función de su correspondencia con los virus de la gripe circulantes. Entre 2004 y 2020, los CDC estimaron que la eficacia de la vacuna en los Estados Unidos oscilaba entre el 40%–60% cuando las vacunas estaban bien combinadas.

La protección frente a la gripe suele aparecer a las dos semanas de la vacunación. Aunque algunas personas vacunadas pueden enfermar, la vacuna puede reducir la gravedad y la duración de la enfermedad y disminuir el contagio a otras personas.

¿Por qué debe vacunarse el trabajador de la salud?

[Los trabajadores de la salud](#) son un grupo de alta prioridad para la vacunación porque tienen más probabilidades de estar expuestos a la gripe a través del contacto con pacientes

enfermos. También pueden contagiar la gripe a contactos cercanos y pacientes. La vacunación es especialmente importante para cualquier persona que trabaje directamente con pacientes o en entornos de alto riesgo, como hospitales, clínicas, residencias de ancianos, atención domiciliar o entornos de congregación, como centros de rehabilitación y residencias asistidas.

¿Qué pueden hacer los empleadores?

Los empleadores tienen el deber de crear un entorno de trabajo seguro y deben animar a todos los trabajadores a vacunarse contra la gripe. Esto es especialmente cierto para los trabajadores de la salud. Los [CDC y la Comisión Conjunta](#) (que acredita a organizaciones y programas sanitarios estadounidenses) disponen de una serie de estrategias para mejorar las tasas de vacunación contra la gripe del personal sanitario. Una estrategia cada vez más utilizada en los centros sanitarios es poner la vacuna a disposición de los trabajadores durante sus turnos normales de trabajo.

¿Quién más necesita vacunarse?

Los CDC recomiendan que la mayoría de las personas mayores de 6 meses se vacunen contra la gripe estacional cada año. La vacunación debe realizarse antes de finales de octubre para maximizar la protección durante toda la temporada de gripe; no obstante, se recomienda realizarla durante todo el año cuando los virus de la gripe circulen activamente.

¿Quiénes corren mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe?

Entre las personas con mayor riesgo de padecer enfermedades graves o complicaciones de la gripe se encuentran los adultos mayores de 65 años, los niños pequeños, las mujeres embarazadas y las personas con algunas enfermedades crónicas como asma o cardiopatías.

Los CDC estiman que entre el 70% y el 85% de las muertes relacionadas con la gripe y entre el 50% y el 70% de las hospitalizaciones relacionadas con la gripe se produjeron en personas mayores de 65 años.

¿Puede la vacuna causar gripe?

Se trata de un **concepto erróneo**. La vacuna en sí no causa la gripe, y los efectos adversos de la vacuna contra la gripe estacional son poco frecuentes. Tras la vacunación, algunas personas pueden experimentar síntomas gripales leves durante uno o dos días, mientras el organismo se inmuniza.

¿Dónde puedo obtener más información?

Más información sobre la influenza en:

- [Guía OSHA para trabajadores de la salud](#)
- [Recursos de los CDC sobre la vacunación contra la gripe estacional para profesionales sanitarios](#)

Derechos de los trabajadores

Los trabajadores tienen el derecho a:

- Condiciones de trabajo que no les ponen en riesgo de daño serio.

- Recibir información y entrenamiento (en un idioma que el trabajador entiende) sobre los peligros de trabajo, métodos para prevenirlos y los estándares de la OSHA que aplican a su sitio de trabajo.
- Leer los registros de lesiones y enfermedades relacionadas al trabajo.
- Presentar una queja ante la OSHA para que se inspeccione su lugar de trabajo si creen que hay un peligro serio o que su empleador no está siguiendo las leyes de OSHA. OSHA mantendrá todas las identidades confidenciales.
- Ejercer sus derechos bajo la ley sin recibir represalias, incluyendo reportar una lesión o plantear inquietudes sobre seguridad y salud con su empleador o la OSHA. Si un trabajador ha sido víctima de represalias por usar sus derechos, tiene que presentar una queja con la OSHA lo antes posible, pero antes de los 30 días.

Para más información, visite la página de web de OSHA para trabajadores (www.osha.gov/workers).

Como contactar a la OSHA

Bajo la Ley de Seguridad y Salud Ocupacional de 1970, los patronos son responsables de brindar un lugar de trabajo seguro y saludable para sus trabajadores. El papel de OSHA es de ayudar en asegurar estas condiciones para los trabajadores en los EE.UU. a través del establecimiento y la aplicación de normas, y proporcionando entrenamiento, educación y asistencia. Para más información, visite www.osha.gov o llame la OSHA al 1-800-321-OSHA (6742), TTY 1-877-889-5627.

Ésta es parte de una serie de boletines informativos que indican los programas, las políticas y las normas de la OSHA. Esto no impone ningún nuevo requisito de cumplimiento. Para una lista completa de los requisitos de cumplimiento de las normas o reglamentos de la OSHA, consulte el Título 29 del Código de Regulaciones Federales. Ésta información se pondrá a disposición de las personas con discapacidad sensorial, a pedido. El teléfono de voz es: (202) 693-1999; el teléfono de texto (TTY) es: (877) 889-5627.



**Administración
de Seguridad y Salud
Ocupacional**