

Novedades para 2025-2026

Un par de cosas cambian para la temporada de influenza (gripe) 2025-2026:

Se actualizó la [la composición de las vacunas contra la gripe](#). Las vacunas contra la influenza en los Estados Unidos contendrán lo siguiente para la temporada 2025-2026:

Vacunas a base de huevo

- un virus similar al A/Victoria/4897/2022 (H1N1)pdm09;
- un virus similar al A/Croatia/10136RV/2023 (H3N2); y (Actualizado)
- un virus similar al B/Austria/1359417/2021 (linaje B/Victoria).

Vacunas basadas en células o recombinantes

- un virus similar al A/Wisconsin/67/2022 (H1N1)pdm09;
- un virus similar al A/Distrito de Columbia/27/2023 (H3N2); y (Actualizado)
- un virus similar al B/Austria/1359417/2021 (linaje B/Victoria).

Todas las vacunas contra la influenza disponibles en los Estados Unidos para la temporada 2025-2026 serán vacunas trivalentes que contienen hemagglutina. Las vacunas trivalentes contra la influenza están formuladas para brindar protección contra tres virus de la influenza (un virus A(H1N1), un virus A(H3N2) y un virus B/Victoria). Se espera que las vacunas contra la influenza tanto trivalentes como tetravalentes ofrezcan una protección similar contra los virus de la influenza contra los que brindan protección. Los virus de la influenza B/Yamagata no han circulado entre la población después de marzo del 2020, por lo que se espera que la protección de las vacunas contra la influenza trivalentes y tetravalentes sea similar. Hay más información sobre las [vacunas trivalentes contra la influenza](#) disponible.

- Las personas con alergia al huevo pueden recibir cualquier vacuna (tenga o no proteína de huevo) que sea apropiada para su edad y estado de salud. Antes se recomendaba que las personas con alergia grave al huevo (quienes hayan tenido cualquier síntoma excepto sarpullido por la exposición al huevo) se vacunaran en un entorno médico de atención ambulatoria u hospitalaria. Para la temporada 2025-2026, ya no se recomiendan medidas de seguridad adicionales para la vacunación contra la influenza de personas con alergia al huevo más allá de las recomendadas para recibir cualquier vacuna, independientemente de la gravedad de la reacción previa al huevo. Al igual que con todas las vacunas, las vacunas contra la influenza deben administrarse en entornos donde las reacciones alérgicas se puedan reconocer y tratar rápidamente.

Datos clave sobre la gripe

¿Qué es la influenza (gripe)?

La influenza es una enfermedad respiratoria contagiosa provocada por los virus de la influenza que infectan la nariz, la garganta y en algunos casos los pulmones. Este virus puede causar una enfermedad leve o grave y en ocasiones puede llevar a la muerte. La mejor manera de prevenir la influenza es vacunándose todos los años.

Síntomas de la influenza

La influenza puede causar una enfermedad leve o grave y en ocasiones puede llevar a la muerte. Los síntomas de la influenza suelen aparecer repentinamente. Las personas con influenza a veces sienten algunos o todos estos síntomas:

- fiebre* o sensación de fiebre/escalofríos
- tos
- dolor de garganta
- secreción o congestión nasal
- dolores musculares o corporales
- dolores de cabeza
- fatiga (cansancio)
- algunas personas pueden tener vómitos y diarrea, aunque esto es más común en los niños que en los adultos.

* Es importante aclarar que no todas las personas con influenza tendrán fiebre.

Propagación de la influenza

La mayoría de los expertos considera que los virus de la influenza se transmiten principalmente a través de las gotitas que se producen cuando las personas con influenza tosen, estornudan o hablan. Estas gotitas pueden caer en la boca o en la nariz de las personas que se encuentran cerca. Siendo algo poco frecuente, una persona puede llegar a contraer la influenza si toca una superficie o un objeto contaminado con el virus de la influenza y luego se toca la boca, la nariz o los ojos.

Período de contagio

Podría contagiar la influenza a otra persona antes de saber que se enfermó, así como cuando tiene síntomas.

- Las personas con influenza son más contagiosas en los primeros 3 a 4 días después de la aparición de la enfermedad.

- Algunos adultos que son en general sanos podrían infectar a otras personas desde un día **antes** de la aparición de sus síntomas y hasta cinco a siete días **después** de enfermarse.
- Algunas personas, en especial los niños y las personas con sistemas inmunitarios debilitados, podrían causar contagios por un tiempo más prolongado.

Aparición de los síntomas

El tiempo desde que una persona está expuesta y se infecta por el virus de la influenza hasta el momento en el que comienzan sus síntomas es de unos dos días, pero puede variar de uno a cuatro días.

Personas con mayor riesgo de contraer la influenza

Cualquiera puede contraer la influenza (incluso las personas sanas) y los problemas de salud graves a causa de la influenza pueden surgir a cualquier edad; sin embargo, algunas personas tienen mayor riesgo de presentar complicaciones graves por la influenza si se enferman. Esto incluye a personas de 65 años de edad o más, personas de cualquier edad con ciertas afecciones crónicas (como asma, diabetes o enfermedades cardíacas), personas embarazadas y niños menores de 5 años.

Cómo prevenir la influenza estacional

El primer paso y el más importante para prevenir la gripe es vacunarse contra la gripe cada año. Se ha demostrado que la vacuna contra la influenza reduce las enfermedades relacionadas con la influenza y el riesgo de complicaciones graves por la influenza que pueden resultar en hospitalización o incluso la muerte. Los CDC también recomiendan medidas preventivas diarias (como mantenerse alejado de las personas enfermas, cubrirse al toser y estornudar y lavarse las manos con frecuencia) para ayudar a frenar la propagación de gérmenes que causan enfermedades respiratorias (nariz, garganta y pulmones), como la influenza.

Vacuna contra la gripe

¿Cuándo debería vacunarme contra la influenza?

En el caso de la mayoría de las personas que necesitan solo una dosis de la vacuna contra la influenza para la temporada, **septiembre y octubre suelen ser buen momento para vacunarse contra la influenza. Lo ideal, es vacunarse a fines de octubre.**

Grupos recomendados para la vacunación:

Los CDC continúan recomendando que todas las personas mayores de 6 meses de edad, con raras excepciones, reciban una vacuna anual de rutina contra la influenza para reducir el riesgo de influenza y sus complicaciones potencialmente graves. Se alienta a los proveedores a prepararse para los esfuerzos de planificación de la vacunación contra la

influenza ahora y a vacunar a los pacientes como se indica una vez que las vacunas contra la influenza 2025-2026 estén disponibles.

La mayoría de las personas sólo necesitan una dosis de la vacuna contra la gripe cada temporada. Si bien los CDC recomiendan la vacunación contra la influenza mientras los virus de la influenza estén circulando, septiembre y octubre siguen siendo las mejores épocas para que la mayoría de las personas se vacunen. No se recomienda la vacunación contra la gripe en julio y agosto para la mayoría de las personas, pero existen varias consideraciones con respecto a la vacunación durante esos meses para grupos específicos:

- Las personas embarazadas que se encuentran en el tercer trimestre pueden recibir la vacuna contra la gripe en julio o agosto para proteger a sus bebés de la gripe después del nacimiento, cuando son demasiado pequeños para vacunarse.
- Los niños que necesitan dos dosis de la vacuna contra la gripe deben recibir su primera dosis tan pronto como esté disponible. La segunda dosis debe administrarse al menos cuatro semanas después de la primera.
- Se puede considerar la vacunación en julio o agosto para niños **que solo necesitan 1 dosis de la vacuna contra la gripe para la temporada** que tienen visitas de atención médica durante esos meses si es posible que no haya otra oportunidad de vacunarlos.
- Para adultos (especialmente mayores de 65 años) y personas embarazadas en el primer y segundo trimestre, se debe evitar la vacunación en julio y agosto, a menos que no sea posible vacunar en septiembre u octubre.

¿Algunas de estas vacunas contra la influenza disponibles se recomiendan por sobre las otras?

El ACIP recomienda la vacunación contra la influenza estacional con formulaciones de dosis única que no contengan timerosal como conservante para niños, embarazadas, mujeres y adultos para la temporada de influenza 2025-2026.

Sí, ACIP recomienda que los adultos ≥ 65 años reciban preferentemente cualquiera de los siguientes:

- Vacuna contra la influenza inactivada en dosis altas (HD-IIV3, Fluzone High-Dose),
- Vacuna recombinante contra la influenza (RIV3, Flublok)
- Vacuna antigripal inactivada con adyuvante (aIIV3, Fluad)

Los datos respaldan un mayor beneficio potencial de las vacunas inactivadas en dosis altas, inactivadas con adyuvante o recombinantes en comparación con las IIV en dosis

estándar sin adyuvante en adultos ≥ 65 años, con la mayor cantidad de datos disponibles para HD-IIV3; pero las comparaciones de estas vacunas entre sí son limitadas.

¿Qué sucede si la vacuna contra la influenza recomendada preferentemente no está disponible?

Si ninguna de estas tres vacunas está disponible en una oportunidad de vacunación, entonces se debe usar cualquier otra vacuna contra la influenza apropiada para la edad.

Cambios recientes en las etiquetas aprobados por la FDA

Se espera que FluMist, la vacuna contra la gripe en aerosol nasal, esté disponible para la temporada 2025-2026 y puede ser autoadministrada por adultos de 18 a 49 años, o administrada por un cuidador de 18 años o más a niños y adolescentes de 2 a 17 años.

Flublok, la vacuna recombinante contra la influenza, ahora se puede administrar a personas de 9 años o más, ampliando la indicación anterior de 18 años o más.

Tratamiento de la influenza

Si tiene influenza, los medicamentos antivirales contra la influenza pueden ser una opción de tratamiento. Los medicamentos antivirales son más eficaces cuando se los administra de forma temprana, como uno o dos días después del inicio de los síntomas de influenza.

Consulte con su médico de inmediato si corre mayor riesgo de tener complicaciones graves por la influenza y presenta los síntomas de la influenza. Las personas con mayor riesgo de presentar complicaciones graves por la influenza son los niños pequeños, los adultos de 65 años de edad o más, las personas embarazadas y las personas con ciertas afecciones como asma, diabetes y enfermedades cardíacas.

Cuando el tratamiento se inicia en los 1-2 días siguientes a la aparición de los síntomas de la influenza, los medicamentos antivirales contra la influenza pueden aliviar los síntomas y acortar la duración de la enfermedad por 1 o 2 días. También pueden prevenir algunas complicaciones por la influenza, como la neumonía. En el caso de las personas con mayor riesgo de tener complicaciones graves por la influenza, el tratamiento con medicamentos antivirales contra la influenza puede marcar la diferencia entre una enfermedad leve o una enfermedad grave que puede dar lugar a una hospitalización.

Última revisión: 09/04/2025

Fuente: [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#).

AVISO DE DISPONIBILIDAD DE ASISTENCIA LINGÜÍSTICA, AYUDAS AUXILIARES Y SERVICIOS

English: ATTENTION: If you speak English, free language assistance services are available to you. Appropriate auxiliary aids y services to provide information in accessible formats are also available free of charge. Call 833-342-7463 (TTY:711) o speak to your provider.

Spanish: ATENCIÓN: Si habla español, están disponibles servicios de asistencia lingüística gratuita para usted. También están disponibles sin carga adecuada apoyos y servicios para proporcionar información en formatos accesibles. Llame al 833-342-7463 (TTY:711) o hable con su proveedor.

Haitian Creole: ATANSYON: Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis èd aladispozisyon w gratis pou lang ou pale a. Ed ak sèvis siplemantè apwopriye pou bay enfòmasyon nan fòma aksèsib yo disponib gratis tou. Rele nan 833-342-7463 (TTY:711) oswa pale avèk founisè w la.

Arabic:

تنبيه: إذا كنت تتحدث اللغة العربية، فستتوفر لك خدمات المساعدة اللغوية المجانية. كما تتوفر وسائل مساعدة وخدمات مناسبة لتوفير المعلومات بتنسيقات يمكن الوصول إليها مجانًا. اتصل على الرقم - (TTY: 711) (1-833-342-7463) أو تحدث إلى مقدم الخدمة".

Chinese Traditional: 注意：如果您說[台語]，我們可以為您提供免費語言協助服務。也可以免費提供適當的輔助工具與服務，以無障礙格式提供資訊。請致電 833-342-7463 (TTY:711) 或與您的提供者討論。」

Chinese Simplified: 注意：如果您说[中文]，我们将免费为您提供语言协助服务。我们还免费提供适当的辅助工具和服务，以无障碍格式提供信息。致电 833-342-7463（文本电话：(TTY:711) 或咨询您的服务提供商。

French: ATTENTION: Si vous parlez Français, des services d'assistance linguistique gratuits sont à votre disposition. Des aides et services auxiliaires appropriés pour fournir des informations dans des formats accessibles sont également disponibles gratuitement. Appelez le 833-342-7463 (TTY: 711) ou parlez à votre fournisseur.

German: ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlose Sprachhilfe-Dienste zur Verfügung. Angemessene Hilfsmittel und Dienste zur Bereitstellung von Informationen in zugänglichen Formaten sind ebenfalls kostenlos verfügbar. Rufen Sie 833-342-7463 (TTY: 711) an oder sprechen Sie mit Ihrem Anbieter.

Gujarati: ધ્ યાન આપો: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો, તો મફત ભાષાકીય સહાયતા સેવાઓ તમારા માટે ઉપલબ્ધ છે. માહિતીને સુલભ સ્ વસ્તુમાં આપવાની યોગ્ય સહાયક સાધનો અને સેવાઓ પણ હહન શુલ્ ડ ઉપલબ્ધ છે. 833-342-7463 (TTY:711) પર કોલ કરો અથવા તમારા પરદાતા સાથે વાત કરો.

Italian: ATTENZIONE: Se parli Italiano, sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuiti per te. Sono disponibili anche ausili e servizi appropriati per fornire informazioni in formati accessibili, anch'essi gratuiti. Chiama il 833-342-7463 (TTY:711) o parla con il tuo fornitore.

Korean: 주의: [한국어]를 사용하시는 경우 무료 언어 지원 서비스를 이용하실 수 있습니다. 이용 가능한 형식으로 정보를 제공하는 적절한 보조 기구 및 서비스도 무료로 제공됩니다. 833-342-7463 (TTY:711) 번으로 전화하거나 서비스 제공업체에 문의하십시오.

Aviso de No Discriminación

Doctors HealthCare Plans, Inc. cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina ni excluye a las personas por motivos de raza, color, credos, religión, origen nacional, edad, discapacidad, afiliaciones o creencias políticas, o sexo (incluyendo embarazo, orientación sexual e identidad de género).

Doctors HealthCare Plans:

- Proporciona ayudas y servicios gratuitos a personas con discapacidades para que se comuniquen eficazmente con nosotros, tales como:
 - Intérpretes cualificados de lengua de signos
 - Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos)
- Proporciona servicios lingüísticos gratuitos a personas cuyo idioma principal no es el inglés, como por ejemplo:
 - Intérpretes calificados
 - Información escrita en otros idiomas
- Si necesita estos servicios, comuníquese con el Departamento de Servicios al Asociado/Derechos Civiles.

Si cree que Doctors HealthCare Plans no le proporcionó estos servicios o lo discriminó de otra manera, puede presentar una queja con:

Doctors HealthCare Plans, Inc.

Departamento de Servicios al Asociado/Derechos Civiles

2020 Ponce De Leon Blvd, PH1

Coral Gables, FL 33134

Teléfono: 833-342-7463 (TTY: 711)

Fax: 786-578-0293,

Correo Electronico: civilrights@doctorshcp.com

Puede presentar una queja en persona o por correo, fax o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar una queja, el Departamento de Servicios al Asociado/Derechos Civiles, está disponible para ayudarlo.

También puede presentar una queja de derechos civiles ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., electrónicamente a través del Portal de Quejas de la Oficina de Derechos Civiles, disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o por correo o teléfono en:

U.S. Department of Health and Human Services

200 Independence Avenue, SW

Room 509F, HHH Building

Washington, D.C. 20201

1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

Los formularios de queja están disponibles en: <https://www.hhs.gov/ocr/complaints/index.html>.

Polish: UWAGA: Osoby mówiące po polsku mogą skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Dodatkowe pomoce i usługi zapewniające informacje w dostępnych formatach są również dostępne bezpłatnie. Zadzwoń pod numer 833-342-7463 (TTY:711) lub porozmawiaj ze swoim dostawcą”.

Portuguese: ATENÇÃO: Se você fala Português, serviços de assistência linguística gratuitos estão disponíveis para você. Ajudas e serviços auxiliares apropriados para fornecer informações em formatos acessíveis também estão disponíveis gratuitamente. Ligue para 833-342-7463 (TTY:711) ou converse com seu prestador de serviços.

Russian: ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русский, вам доступны бесплатные услуги языковой поддержки. Соответствующие вспомогательные средства и услуги по предоставлению информации в доступных форматах также предоставляются бесплатно. Позвоните по телефону 833-342-7463 (TTY:711) или обратитесь к своему поставщику услуг.

Tagalog: PAALALA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, magagamit mo ang mga libreng serbisyonang tulong sa wika. Magagamit din nang libre ang mga naaangkop na auxiliary na tulong at serbisyo upang magbigay ng impormasyon sa mga naa-access na format. Tumawag sa 833-342-7463 (TTY:711) o makipag-usap sa iyong provider.”

Thai: หมายเหตุ: หากคุณใช้ภาษาไทย เรามีบริการความช่วยเหลือด้านภาษาฟรี นอกจากนี้ ยังมีเครื่องมือและบริการช่วยเหลือเพื่อให้ข้อมูลในรูปแบบที่เข้าถึงได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย โปรดโทรติดต่อ 1-833-342-7463 (TTY: 711) หรือปรึกษาผู้ให้บริการของคุณ”

Vietnamese: LƯU Ý: Nếu bạn nói tiếng Việt, chúng tôi cung cấp miễn phí các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ. Các hỗ trợ dịch vụ phù hợp để cung cấp thông tin theo các định dạng dễ tiếp cận cũng được cung cấp miễn phí. Vui lòng gọi theo số Người khuyết tật: 833-342-7463 (TTY:711) hoặc trao đổi với người cung cấp dịch vụ của bạn.”