

# ¿Qué es la gripe?



## La gripe es un virus muy contagioso que puede causar una enfermedad grave en algunas personas.

Las personas con mayor riesgo de enfermarse de gravedad por gripe son los niños pequeños, las personas mayores, las personas embarazadas, los aborígenes y los isleños del Estrecho de Torres, así como las personas con problemas de salud como diabetes o enfermedades pulmonares o cardíacas.

El virus de la gripe muta todos los años. A veces, esto puede ocasionar que algunas personas necesiten hospitalización o incluso pierdan la vida. Vacunarse contra la gripe cada año es la mejor forma de protegerse a usted y a las personas de su entorno contra esta enfermedad.

En 2026, la vacuna contra la gripe es de fácil acceso y gratuita para todos los habitantes de Queensland. En 2026, también está disponible una vacuna en forma de aerosol nasal para niños de 2 a 17 años (antes de que cumplan 18).

## Symptoms

Por lo general, los síntomas de la gripe aparecen unos días después de haber estado en contacto con el virus.

**Algunos de los síntomas son:**



Fiebre



Dolor muscular o articular



Dolor de garganta



Cansancio



Tos seca



Náuseas (malestar), vómitos o diarrea (heces blandas y acuosas), sobre todo en los niños.



Dolores de cabeza



Confusión, dificultad para respirar: en las personas mayores.

## Cómo se transmite

La gripe puede contagiarse cuando las personas infectadas tosen o estornudan y no se cubren la boca y la nariz con el codo o con un pañuelo. También puede propagarse al tocar superficies sucias que contengan el virus y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

## Cómo frenar la propagación de la gripe



Vacúnese contra la gripe todos los años.



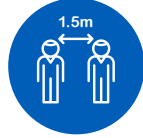
Lávese las manos con agua y jabón. O bien, utilice un desinfectante de manos a base de alcohol.



Quédese en casa si no se siente bien.



Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo o con el codo cuando tosa o estornude.



Manténgase a distancia de las personas que tosen y estornudan.



Limpie las superficies de uso habitual con un paño limpio y húmedo. Séquelas después.



No comparta nada que haya estado en contacto con la boca o la nariz.

## Tratamiento

Si se contagia la gripe, hay algunas cosas que puede hacer para aliviar los síntomas. Entre otras:

- descansar
- beber mucha agua
- tomar analgésicos para aliviar los síntomas.

Si tiene un alto riesgo de desarrollar una forma grave de la enfermedad, es posible que su médico le recete un medicamento antiviral.

## Dónde vacunarse gratuitamente contra la gripe

Las vacunas contra la gripe son gratuitas para todos los habitantes de Queensland, incluso sin tarjeta de Medicare. Es posible que algunos médicos de cabecera cobren una tarifa por la consulta. También puede vacunarse en farmacias, centros de salud comunitarios o en los servicios de salud para aborígenes e isleños del Estrecho de Torres. [Averigüe dónde puede vacunarse.](#)

## ¿Necesita más información?

Para obtener más información, consulte [Vaccination Matters \(La vacunación importa\)](#). También puede dirigirse a su médico de cabecera si tiene alguna duda sobre cómo recibir la vacuna gratuita contra la gripe, o llamar al **13 HEALTH** en el **13 43 25 84** y hablar con una enfermera. Si necesita un intérprete, pídale; es gratis.



*Para obtener más información sobre la vacuna gratuita contra la gripe y recursos en su idioma, busque «flu facts qld» o utilice este código QR.*



flu facts qld

para obtener más información