

Influenza Vaccine Week December 2nd-8th

Did you get your shot?

Most people who contract the flu normally recover within several days, or at most two weeks. However, influenza can lead to more serious health complications such as pneumonia, bacterial infections, and even death. COVID-19 has some symptoms similar to the flu. So, this year, as we continue battling the ongoing pandemic, it's more important than ever to get your flu vaccine to reduce any confusion and panic and to minimize the chances of upper-respiratory illnesses including COVID-19.



Healthcare • Education • Action!

Why should you get your shot?

In the 2019-2020 flu season the CDC estimated there were close to:

- ✓ **56 million flu illnesses**
- ✓ **740,000 flu-related hospitalizations**
- ✓ **Up to 62,000 flu-related deaths**

Who is most at risk?

While everyone is at risk, the flu vaccination is especially important for children under the age of 5, adults over the age of 65, pregnant women, and people with medical conditions such as asthma.

**Learn more on how to take action to
prevent the flu at [CDC.gov/Flu](https://www.cdc.gov/flu)**

Prevention Tips



The CDC recommends that anyone over the age of 6 months old receives a flu vaccine



Avoid close contact with sick people



Wash your hands often with soap and hot water



Disinfect surfaces that may have been in contact with the virus

WANT MORE HEALTH TIPS? VISIT OUR WEBSITE TO JOIN OUR MAILING LIST

**Semana de la vacuna
contra la influenza:
Desde el 2 al 8 de Diciembre:**

¿Se puso su vacuna?

La mayoría de las personas que contraen la gripe, normalmente se recuperan dentro de unos días a 2 semanas, sin embargo, puede llevar a complicaciones de salud más graves, como neumonía, infecciones bacterianas e incluso la muerte. COVID-19 tiene algunos síntomas similares a los de la gripe. Entonces, este año, mientras continuamos luchando contra la pandemia en curso, es más importante que nunca vacunarse contra la gripe para reducir la confusión y el pánico y minimizar las posibilidades de enfermedades de las vías respiratorias superiores, incluido COVID-19.



**healthcare
education
project**

Healthcare • Education • Action!

¿Por qué debería vacunarse?

En la temporada de gripe 2019-2020, los CDC estimaron que hubo cerca de:

- ✓ **56 millones de enfermedades causadas por la gripe**
- ✓ **740,000 hospitalizaciones relacionadas con la gripe**
- ✓ **Hasta 62,000 muertes relacionadas con la gripe**

¿Quién corre un riesgo mayor?

Aunque todos están en riesgo, la vacunación contra la gripe es especialmente importante para los niños menores de 5 años, los adultos mayores de 65 años, las mujeres embarazadas y las personas con condiciones médicas como el asma.

**Obtenga más información sobre cómo tomar medidas
para prevenir la gripe en [CDC.gov/Flu](https://www.cdc.gov/flu)**

Consejos de prevención



El CDC recomienda que cualquier persona mayor de 6 meses de edad reciba la vacuna contra la gripe.



Evite el contacto cercano con personas enfermas.



Lávese las manos a menudo con jabón y agua caliente.



Desinfecte las superficies que hayan estado en contacto con el virus.

DESEA MÁS CONSEJOS DE SALUD? VISITE NUESTRA PÁGINA WEB PARA UNIRSE A NUESTRA LISTA DE CORREO