

Puntos de conversación: Una posible "triple epidemia"

- **Se prevé que la temporada de gripe de este año sea más grave de lo habitual. Vacúnese contra la gripe lo antes posible.**
 - Los casos de gripe están aumentando antes de lo previsto y las hospitalizaciones relacionadas con el virus [no habían sido tan altas](#) a estas alturas de la temporada desde 2010-2011.
 - Vacúnese contra la gripe lo antes posible para disminuir la posibilidad de una infección grave y ayudar a reducir la transmisión. Los CDC [recomiendan](#) que todas las personas mayores de 6 meses se vacunen contra la influenza, salvo en raras excepciones.
 - Pida una cita en un [CVS](#) o [Walgreens](#) local, o utilice [este localizador de vacunas](#) para encontrar un centro cercano. Es seguro recibir la vacuna contra la influenza y contra el COVID-19 al mismo tiempo.
- **Los casos de VRS están hospitalizando un número récord de niños.**
 - El VRS, o [virus respiratorio sincitial](#), es una infección respiratoria común que puede bloquear las vías respiratorias. Las personas con alto riesgo de infección grave son los bebés y los niños pequeños, los adultos mayores y los adultos con enfermedades crónicas.
 - Este año, los casos de VRS están aumentando antes de lo habitual y están causando enfermedades más graves entre los niños.
 - Los [casos semanales de VRS](#) en octubre alcanzaron los niveles más altos de los últimos dos años y muchos hospitales infantiles y unidades de cuidados intensivos pediátricos están [ahora al límite de su capacidad o la han superado](#).
 - Todavía no existe una vacuna contra el VRS, por lo que la mejor manera de prevenir el contagio es usar mascarillas, lavarse las manos y quedarse en casa si se está enfermo.
- **Reciba una dosis de refuerzo actualizada contra el COVID-19 para ayudar a prevenir una "triple epidemia" de casos de influenza, VRS y COVID-19 este invierno.**
 - Los casos y las hospitalizaciones por COVID-19 a nivel nacional se mantienen estables, pero en [algunos estados del suroeste](#) se observan tendencias preocupantes.
 - Las nuevas subvariantes BQ.1 y BQ.1.1 de ómicron han aumentado rápidamente y [ahora constituyen el 27 por ciento](#) de los virus del COVID-19 en circulación.
 - La combinación de la disminución de la inmunidad al COVID-19, la falta de exposición a otros virus respiratorios y el aumento de las reuniones en interiores podría alimentar una "triple epidemia" de los tres virus este invierno.
 - Los estados ya no exigen el cumplimiento de las recomendaciones de COVID-19, como el uso de mascarillas y el distanciamiento social, por lo que es fundamental tomar sus propias precauciones: vacúnese contra la influenza y póngase al día con la dosis de refuerzo actualizada contra el COVID-19, use mascarillas en situaciones de alto riesgo, quédese en casa cuando esté enfermo y lávese las manos con regularidad.

Preguntas frecuentes sobre una posible "triple epidemia"

1. ¿Por qué los expertos advierten de una "triple epidemia"?

En Estados Unidos se está produciendo un aumento temprano de los casos de gripe y de VRS, lo que indica la posibilidad de que se produzcan temporadas graves de ambos virus respiratorios. Si los aumentos de los casos de gripe y VRS coinciden con otra ola de COVID-19, podríamos experimentar una "triple epidemia" de infecciones respiratorias que sobrecargan los sistemas hospitalarios y provoquen un exceso de muertes. La influenza y el VRS ya están [hospitalizando a un número récord de niños](#) en todo el país. Las cifras de casos y hospitalizaciones por COVID-19 a nivel nacional se mantienen estables por el momento, pero en [algunos estados del suroeste](#) se observan tendencias preocupantes. Las nuevas subvariantes BQ.1 y BQ.1.1 de ómicron, que [ahora constituyen el 27 por ciento](#) de los virus del COVID-19 en circulación, también han hecho sonar las alarmas por su rápida propagación.

2. ¿Por qué los casos de influenza y VRS son más altos de lo habitual este año?

Desde que comenzó la pandemia, la mayoría de las personas han adoptado medidas de prevención contra el COVID-19, como el distanciamiento social y el uso de mascarillas. Como resultado, menos personas se han enfermado o han estado expuestas a otras enfermedades como la influenza y el VRS. Ahora estos virus están regresando a medida que los niños vuelven a la escuela en persona y las actividades sociales se reanudan con toda su fuerza. Los expertos creen que las temporadas de influenza y VRS de este año pueden ser más graves porque muchas personas, especialmente los niños pequeños, no han desarrollado la típica inmunidad contra estas enfermedades en los últimos años.

3. ¿Cómo puedo protegerme y proteger a mi familia este invierno?

Dado que los estados ya no exigen el cumplimiento de las recomendaciones de COVID-19, como el uso de mascarilla y el distanciamiento social, es crucial tomar sus propias precauciones. Esto incluye vacunarse contra la influenza y estar al día con la dosis de refuerzo contra el COVID-19, usar mascarillas en situaciones de alto riesgo, quedarse en casa cuando se está enfermo y lavarse las manos con regularidad. Si usted o su hijo tienen dificultades para respirar, busque atención médica inmediatamente.