

¿Por qué ahora es más importante vacunarse contra la influenza?



La temporada invernal sigue en curso, y con ella la presencia de enfermedades respiratorias como la influenza. **¿Tú ya te vacunaste para proteger tu salud?**

María del Rosario Ibarra, responsable del servicio médico en el **Tec de Monterrey campus Saltillo**, explica las principales razones por las que se recomienda [aplicar la vacuna](#) hoy en día.

Un respiro para los hospitales

De acuerdo con la médico familiar, tomar esta medida de prevención ayuda a que un **menor número de personas** acudan a los **hospitales y otros centros de salud**.

La intención es **no saturar su operación** ya que, en gran medida, está dedicada a la atención de pacientes con **COVID-19**.

“Si las personas se vacunan contra la influenza disminuye la cantidad de enfermos que tienen que atenderse en un hospital”, señaló.



width="900" loading="lazy">

Así mismo, señaló que otro de los propósitos es **disminuir la propagación de esta enfermedad** entre la población, especialmente para no afectar a los sectores vulnerables.

“Es importante tratar de mitigar su impacto en la salud de las personas, así como el impacto de otras enfermedades de temporada”, dijo.



width="900" loading="lazy">

Rosario Ibarra enfatizó en la importancia de proteger a los **niños menores de cinco años** y a los **adultos mayores de 60 años**.

De igual forma a las **mujeres embarazadas** y a personas que padecen de enfermedades como **diabetes, hipertensión o asma**.

“Además de la vacuna, se recomienda el consumo de alimentos que proporcionen vitamina C como los frutos cítricos”, agregó.

¿En qué casos no debería vacunarme?

Para evitar una **reacción alérgica**, deben evitar la vacuna quienes padecen alergia al huevo y a algunos antibióticos.

Tampoco son candidatos a recibirla **quienes hayan padecido COVID-19** durante el último mes o si se cuenta con síntomas como tos o fiebre.



width="900" loading="lazy">

El Tec de Monterrey vacuna a su comunidad

Durante las últimas semanas, el Tecnológico de Monterrey ha **facilitado el acceso a esta vacuna** a sus **colaboradores y profesores**, así como a sus familiares.

En coordinación con el **Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)** se han instalado módulos para este procedimiento, extremando las medidas de **higiene y sana distancia**.

El doctor **Michel Martínez**, jefe de la **Unidad de Vigilancia Epidemiológica** y líder del **Programa COVID-19** de [TecSalud](#), asegura que en general, **la vacunación ha sido algo muy bueno para la humanidad**.

“Si ha habido una herramienta para el ser humano que ha prolongado la expectativa de vida ha sido la inmunización (con vacunas)”, añadió Martínez.

Mencionó que la vacunación ha impulsado que en México la expectativa de vida pasara de 40 o 50 años en la década de los 50 a más de 75 actualmente.

TAMBIÉN PODRÍA INTERESARTE: