



Para Publicación Inmediata

15 de octubre de 2025

Corinne Hyland, Oficial de Información Pública, 831-566-4370

Ahora es el momento para vacunarse contra el COVID y la gripe

Los Oficiales de Salud del Área de la Bahía recomiendan vacunas actualizadas para el otoño de 2025 en alineación con la guía del Estado de California

Área de la Bahía de San Francisco – Hoy, los oficiales de salud de las 13 jurisdicciones de salud del Área de la Bahía aconsejaron al público que es tiempo de recibir vacunas actualizadas para protegerse contra la gripe y el COVID esta temporada. La vacuna contra la gripe y la vacuna contra el COVID, ambas actualizadas este otoño de 2025, ya están disponibles en farmacias y oficinas de proveedores de atención médica en todo el Área de la Bahía.

Se recomienda que todas las personas mayores de 6 meses reciban una vacuna actualizada contra la gripe cada año. Todas las personas mayores de 6 meses que viven en California también pueden recibir la vacuna contra el COVID actualizada el otoño de 2025 para protegerse contra la infección por COVID. Oficiales de salud de los condados de Alameda, Contra Costa, Marin, Monterey, Napa, San Benito, San Mateo, San Francisco, Santa Clara, Santa Cruz, Solano, Sonoma y la Ciudad de Berkeley quieren que todos en el Área de la Bahía sepan que estas vacunas son seguras y efectivas. Las vacunas ayudan a usted y a su familia a mantenerse saludables, evitando

enfermedades graves y visitas al hospital. [El Estado de California ofrece recomendaciones basadas en la ciencia](#) sobre exactamente quién necesita vacunación para protegerse contra los virus respiratorios, y los oficiales de salud del Área de la Bahía están alineados con estas recomendaciones que salvaguardan el acceso a las vacunas. La vacuna COVID se recomienda especialmente para adultos mayores, personas embarazadas, bebés y niños pequeños, y cualquier otra persona con riesgo de enfermedad grave.

"Protéjase a sí mismo y a los demás", dijo la Dra. Lisa Hernández, Oficial de Salud del Condado de Santa Cruz. "Vacunarse contra la gripe y el COVID no es solo cuidar su salud, sino que también está ayudando a proteger a su familia, amigos y los miembros más vulnerables de su comunidad".

Vacúnese con las vacunas actualizadas con su proveedor de atención médica regular o en una farmacia cubierta por su seguro médico. A pesar de los recientes cambios federales, la vacuna actualizada de COVID de otoño de 2025 sigue siendo gratuita o de bajo costo para las personas que viven en California y que tienen seguro médico regulado por este estado. Lo mismo ocurre con la vacuna anual contra la gripe.

Además de las vacunas, la mejor defensa contra la gripe y el COVID-19 comienza con una buena prevención.

- Quédese en casa si está enfermo
- Considere usar una mascarilla en lugares públicos cerrados
- Lávese las manos
- Cúbrase al toser o estornudar

Para obtener información sobre virus respiratorios locales, consulte santacruzhealth.org/respiratoryviruses.