

3 razones importantes por las que los adultos deben vacunarse

Quizás no sepa que necesita vacunas en diferentes etapas de la vida. Las vacunas siguen siendo importantes para su salud; las siguientes son tres razones de por qué.

1. Usted podría estar en riesgo de enfermedades graves que todavía son comunes en los Estados Unidos.

Cada año, miles de adultos en los Estados Unidos tienen problemas graves de salud a causa de enfermedades que se pueden prevenir con vacunas; algunas de estas personas son hospitalizadas y otras mueren. Aunque usted haya recibido todas las vacunas en la infancia, la protección de algunas vacunas puede desaparecer con el tiempo y usted podría estar en riesgo de tener otras enfermedades según su edad, trabajo, estilo de vida, los viajes que haga y su estado de salud.

2. Usted puede proteger su salud y la de quienes lo rodean si se pone las vacunas recomendadas.

Las vacunas reducen sus probabilidades de enfermarse.

Las vacunas actúan junto con las defensas naturales del cuerpo para reducir las probabilidades de contraer ciertas enfermedades y de sufrir complicaciones debido a ellas.

Las vacunas reducen sus probabilidades de transmitir ciertas enfermedades.

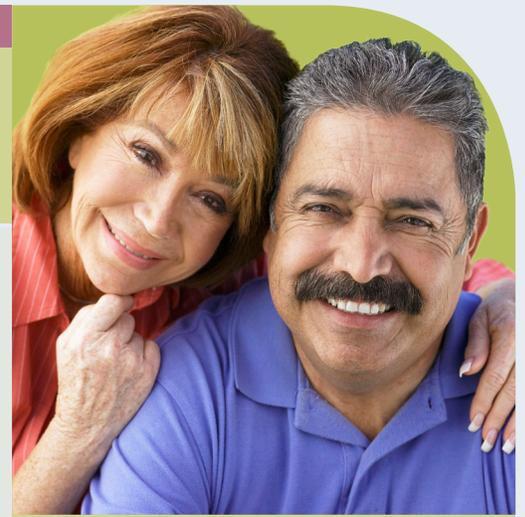
Hay muchas cosas que se quieren pasar a los seres queridos, pero una enfermedad que se puede prevenir con vacunas no es una de ellas. Los bebés, los adultos mayores y las personas con el sistema inmunitario debilitado (como las que están en tratamiento para el cáncer) son especialmente vulnerables a las enfermedades que se pueden prevenir con vacunas.

3. No puede darse el lujo de enfermarse.

Si se enferma, es posible que no pueda cuidar de su familia ni cumplir con las otras obligaciones que tenga. Vacunarse es una parte importante de conservar la salud.

Las vacunas son seguras.

- **Los efectos secundarios de las vacunas por lo general son leves y temporales.** Los más comunes son dolor, enrojecimiento e hinchazón en el lugar de la inyección, que desaparecen después de unos días. Algunas personas tienen reacciones alérgicas, pero los efectos secundarios graves son muy infrecuentes.
- **Las vacunas son una de las formas más seguras de proteger la salud.** La mayoría de las personas, incluso aquellas con enfermedades crónicas o que toman medicamentos recetados deben vacunarse. Sin embargo, si está embarazada o si tiene el sistema inmunitario debilitado, hable con su proveedor de atención médica antes de vacunarse, ya que es posible que algunas vacunas no sean indicadas para usted.



¿Qué vacunas necesita?

Todos los adultos deben recibir:

- La vacuna contra la influenza (gripe) todos los años para protegerse contra la influenza estacional.
- Las vacunas Td o Tdap para protegerse contra el tétanos, la difteria y la tosferina (*pertussis* o *whooping cough*).

Según su edad, estado de salud, las vacunas que haya recibido en la infancia y otros factores, es posible que necesite vacunas adicionales, como las siguientes:

- Varicela
- Hepatitis A
- Hepatitis B
- Virus del papiloma humano (VPH)
- MMR
- Antimeningocócica
- Antineumocócica
- Herpes zóster (culebrilla o *shingles*)

Si va a viajar fuera de los Estados Unidos, tal vez necesite vacunas adicionales. Visite www.cdc.gov/travel.

**NO ESPERE.
¡VACÚNESE!**



U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

INFORMACIÓN PARA ADULTOS

Enfermedades y las vacunas que ayudan a prevenirlas	Manera en que la enfermedad puede afectarlo
Influenza (gripe) Vacuna contra la influenza estacional	Fiebre o sensación febril/escalofríos, tos, dolor de cabeza, moqueo o congestión nasal, dolor de garganta, dolores musculares y corporales y fatiga (mucho cansancio); algunas personas podrían tener vómitos y diarrea, si bien estos son más comunes en los niños que en los adultos. Complicaciones: Neumonía (infección de los pulmones), empeoramiento de enfermedades crónicas, hospitalización que posiblemente resulte en discapacidad e incluso la muerte.
Hepatitis A Vacuna contra la hepatitis A	Fiebre, cansancio, dolor de estómago, pérdida de apetito, vómitos, ictericia (coloración amarillenta en la piel y los ojos) y orina de color oscuro; sin embargo, puede que no se presente ningún síntoma. Complicaciones: Insuficiencia hepática, artralgia (dolor de las articulaciones) y trastornos de los riñones, del páncreas y de la sangre.
Hepatitis B Vacuna contra la hepatitis B	Síntomas similares a los de la influenza con pérdida de apetito, fiebre, cansancio, debilidad, náuseas, vómitos, ictericia y dolor articular; sin embargo puede que no se presente ningún síntoma. Complicaciones: Infección crónica del hígado, insuficiencia hepática y cáncer de hígado.
Virus del papiloma humano (VPH) Vacuna contra el VPH	Es frecuente que no se presenten síntomas por años, hasta que aparezca el cáncer. Complicaciones: Cáncer de cuello uterino en las mujeres, cáncer anal y verrugas genitales tanto en hombres como mujeres.
Sarampión MMR	Fiebre, moqueo, tos y sarpullido en todo el cuerpo. Complicaciones: Infección del oído, neumonía, encefalitis e incluso la muerte.
Enfermedad meningocócica Vacuna antimeningocócica	Fiebre, escalofríos, dificultad para respirar, dolor de pecho, rigidez del cuello, dolor de oído, mayor sensibilidad a la luz y tos. Complicaciones: Infecciones de pulmón, del oído medio o los senos paranasales, problemas cardíacos, daño cerebral, pérdida de la audición, pérdida de los brazos o las piernas e incluso la muerte.
Enfermedad meningocócica Vacuna antimeningocócica	Náuseas, vómitos, rigidez del cuello, fiebre, dolor de cabeza, mayor sensibilidad a la luz, confusión, cansancio y sarpullido. Complicaciones: Daño cerebral, pérdida de los brazos o las piernas, pérdida de la audición, convulsiones, accidentes cerebrovasculares e incluso la muerte.
Herpes zóster (culebrilla) Vacuna contra el herpes zóster	Sarpullido doloroso en un lado del cuerpo o la cara en el que se producen ampollas y típicamente luego se forman costras, dolor de cabeza, fiebre, escalofríos y malestar estomacal. Complicaciones: Dolor intenso que puede durar varios meses o años después de que desaparece el sarpullido, neumonía, pérdida de la vista y la audición e incluso la muerte.
Tétanos Vacuna Td o Tdap	Espasmos dolorosos graves y rigidez de todos los músculos, trismo (dificultad para abrir la boca), dificultad para tragar o respirar, espasmos musculares y fiebre. Complicaciones: Fractura de huesos, dificultad para respirar o incluso la muerte.
Tosferina (pertussis): Vacuna Tdap	Síntomas de resfrío prolongados (tos y moqueo) que llevan tos intensa o asfixia, lo cual dificulta la respiración y consumir bebidas y alimentos. Complicaciones: Fractura de costillas, neumonía e incluso la muerte.

Para obtener una lista completa de las enfermedades que se pueden prevenir con vacunas, visite: www.cdc.gov/vaccines/vpd-vac.

NO ESPERE. ¡VACÚNESE!

Hable con su profesional de atención médica para asegurarse de estar al día con las vacunas recomendadas para usted.

Para obtener más información sobre las vacunas o para responder a un cuestionario que le permitirá saber cuáles podría necesitar, visite www.cdc.gov/vaccines/adults/espanol.

