

# Nuestra mejor defensa:

## La importancia de las vacunas en los adultos

### Vacunas



### GUÍA RÁPIDA PARA LA VACUNACIÓN DE ADULTOS A PARTIR DE LOS 60 AÑOS

Las vacunas son un paso importante en la protección de su salud y la de su familia. Son una de nuestras mejores defensas contra muchas enfermedades infecciosas y han salvado millones de vidas. Esta GUÍA RÁPIDA describe síntomas y posibles complicaciones de algunas de las enfermedades infecciosas más comunes, explica qué vacunas se recomiendan para adultos de 60 a 64 años y mayores de 65 años y proporciona una tarjeta recortable en la que anotar su historial de vacunación para un mejor registro del mismo.

Bacteria / Virus	Cómo se propaga	Los síntomas pueden incluir	Complicaciones
<b>Influenza (Gripe)</b>	Virus respiratorio que se propaga a través de gotitas de saliva — al toser, estornudar o hablar — y que acaba en otras personas o en objetos que tocan luego	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Fiebre/Sensación febril</li> <li>● Tos</li> <li>● Dolor de garganta</li> <li>● Secreción o congestión nasal</li> <li>● Dolores musculares o corporales</li> <li>● Dolores de cabeza</li> <li>● Fatiga</li> <li>● Vómitos o diarrea</li> <li>● (mayormente en niños)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● La mayoría se recupera en unos días o en menos de 2 semanas</li> <li>● A algunos se le puede complicar con neumonía, bronquitis, otitis y sinusitis</li> <li>● Puede agravar enfermedades existentes</li> <li>● Puede llevar a la hospitalización e incluso la muerte</li> </ul>
<b>Tétanos</b>	Bacteria que entra en el cuerpo a través de una herida profunda en la piel	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Espasmos y rigidez de los músculos de la mandíbula, el cuello y el estómago</li> <li>● Dificultad para tragar</li> <li>● Espasmos dolorosos en el cuerpo</li> <li>● Fiebre y sudoración</li> <li>● Aumento de la presión arterial</li> <li>● Frecuencia cardíaca rápida</li> <li>● Bloqueo de la función muscular en el cuello y la mandíbula</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bacteria que produce una potente toxina que ataca el sistema nervioso</li> <li>● Las complicaciones persisten hasta que las toxinas desaparecen — a veces ese proceso toma varios meses</li> <li>● Puede interferir con la capacidad de respirar y llevar a la muerte</li> </ul>

Bacteria / Virus	Cómo se propaga	Los síntomas pueden incluir	Complicaciones
<p><b>Difteria</b></p>	<p>Bacteria que se propaga a través de gotitas de saliva — al toser, estornudar o hablar— y que acaba en otras personas o en objetos que tocan luego</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Debilidad</li> <li>● Dolor de garganta</li> <li>● Fiebre</li> <li>● Glándulas inflamadas en el cuello</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● La bacteria se adhiere a la pleura en las vías respiratorias y produce toxinas</li> <li>● Las toxinas destruyen el tejido sano y forma capas que van en aumento y hacen que sea difícil respirar y tragar</li> <li>● Puede causar infecciones pulmonares</li> <li>● Las toxinas pueden entrar en el torrente sanguíneo</li> <li>● y dañar el corazón, los riñones y los nervios</li> <li>● Puede causar parálisis y muerte</li> </ul>
<p><b>Pertussis (Tos ferina)</b></p>	<p>Bacteria respiratoria que se propaga a través de gotitas de saliva — al toser, estornudar o hablar — y que acaba en otras personas o en objetos que tocan luego</p>	<p><b>PRIMERA FASE:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Tos leve y ocasional</li> <li>● Fiebre baja</li> <li>● Apnea (pausa en la respiración)</li> <li>● Secreción nasal</li> </ul> <p><b>DESPUÉS DE 1 A 2 SEMANAS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ataques intensos de tos</li> <li>● Sonido característico del silbido de pecho</li> <li>● Vómitos y agotamiento después de los ataques de tos</li> </ul> <p>Puede que ciertos niños mayores y adultos no exhiban síntomas de la enfermedad; sin embargo, la pueden seguir propagando</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● La bacteria se adhiere a la pleura en las vías respiratorias y produce toxinas</li> <li>● Puede ser una enfermedad muy seria, especialmente para los bebés</li> <li>● Pérdida de peso</li> <li>● Desmayos</li> <li>● Fractura de costillas</li> <li>● Convulsiones</li> <li>● Apnea</li> <li>● Infección cerebral</li> <li>● Hospitalización y muerte</li> </ul>
<p><b>Varicela</b></p>	<p>Virus que se propaga tocando o respirando partículas producidas al toser o al hablar</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Erupción cutánea que se convierte en ampollas que a veces cubren todo el cuerpo</li> <li>● Picazón</li> <li>● Cansancio</li> <li>● Fiebre</li> <li>● Pérdida del apetito</li> <li>● Dolor de cabeza</li> </ul>	<p>Puede ser muy grave, especialmente para bebés, adultos y personas con un sistema inmune debilitado y puede desencadenar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Infecciones bacterianas de la piel y tejidos blandos</li> <li>● Neumonía</li> <li>● Infección cerebral</li> <li>● Problemas de sangrado</li> <li>● Infecciones del torrente sanguíneo como la septicemia</li> <li>● Deshidratación</li> <li>● Hospitalización y muerte</li> </ul>

Bacteria / Virus	Cómo se propaga	Los síntomas pueden incluir	Complicaciones
<b>Varicela zóster</b> (Herpes zóster)	El virus de la varicela que permanece inactivo y puede reactivarse muchos años después como una infección de herpes zóster	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dolor, picazón u hormigueo antes de que aparezca la erupción</li> <li>● Erupción cutánea en forma de cinturón en el lado izquierdo o derecho del cuerpo, en un lado de la cara o cerca del ojo</li> <li>● Fiebre</li> <li>● Dolor de cabeza</li> <li>● Escalofríos</li> <li>● Malestar estomacal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Neuralgia posherpética (NPH) — a menudo con dolor serio y debilitante en la zona de la erupción previa</li> <li>● Pérdida de la visión y ceguera</li> <li>● Neumonía</li> <li>● Problemas auditivos</li> <li>● Infección cerebral</li> <li>● Muerte</li> </ul>
<b>Neumococo</b> (Neumonía)	Bacteria o virus que se transmite por respirar este germen y es más común en personas que ya están resfriadas o agripadas	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Fiebre y escalofríos</li> <li>● Tos</li> <li>● Respiración rápida o dificultosa</li> <li>● Dolor en el pecho</li> <li>● Confusión o bajo estado de alerta en adultos mayores</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Infecciones pulmonares</li> <li>● Sinusitis u otitis</li> <li>● Infección del torrente sanguíneo</li> <li>● Infección de las meninges que rodean el cerebro y la médula espinal (meningitis)</li> <li>● Infección del corazón (pericarditis)</li> <li>● Bloqueo de las vías respiratorias hasta los pulmones</li> <li>● Colapso pulmonar</li> <li>● Absceso en los pulmones</li> <li>● Hospitalización y muerte</li> </ul>



**Las personas con ciertos factores de riesgo** debido a su salud, trabajo o estilo de vida que no figuran aquí, pueden correr riesgo de contraer otras enfermedades infecciosas incluso con la vacunación contra el meningococo (meningitis), hepatitis A, hepatitis B y Hib (*Haemophilus influenzae* tipo B). Hable con su profesional de la salud para ver si necesita vacunarse como protección contra estas enfermedades.

## VACUNACIONES RECOMENDADAS PARA ADULTOS DE 60-64 AÑOS Y MAYORES DE 65 AÑOS

Enfermedad	Edad: 60 64 AÑOS	Edad: MAYORES DE 65 AÑOS
Influenza (Gripe)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 dosis cada año</li> </ul> <p><i>Para adultos mayores hay opciones de dosis normales y altas, así como una opción adyuvante que ayuda a aumentar la respuesta inmunológica del cuerpo.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 dosis cada año</li> </ul>
Tétanos	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 Td (tétanos y difteria combinadas)</li> <li>● 1 vacuna de refuerzo cada 10 años</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 dosis de Tdap (tétanos, difteria y tos ferina combinadas) si no se ha vacunado de adulto</li> <li>● 1 Tdap de refuerzo cada 10 años si no se ha vacunado de adulto</li> </ul>
Difteria		
Pertussis (Tos ferina)		
Varicela	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 o 2 dosis si todavía no se han vacunado Y si aún no ha tenido varicela o herpes zóster</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 o 2 dosis si todavía no se han vacunado Y si aún no ha tenido varicela o herpes zóster</li> </ul>
Varicela zóster (Herpes zóster)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 2 dosis de vacuna recombinante* con 2 a 6 meses de diferencia, comenzando a los 50 años, si aún no han recibido esta vacuna (no son relevantes previas infecciones o previa vacuna viva)</li> <li>* La vacuna recombinante recientemente disponible es preferible a la vacuna viva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 2 dosis de vacuna recombinante* con 2 a 6 meses de diferencia, comenzando a los 50 años, si aún no han recibido esta vacuna (no son relevantes previas infecciones o previa vacuna viva)</li> <li>* La vacuna recombinante recientemente disponible es preferible a la vacuna viva</li> </ul>
Neumococo (Neumonía)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 dosis de vacuna neumocócica conjugada para personas con factores de riesgo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 dosis de vacuna neumocócica conjugada si aún no se ha vacunado</li> </ul>
Neumococo (Neumonía)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 o 2 dosis de la vacuna antineumocócica de polisacáridos conjugados dependiendo de lo que se indique — para personas con factores de riesgo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 dosis de la vacuna antineumocócica de polisacáridos conjugados si aún no se ha vacunado</li> </ul>

**RECOMENDADA PARA USTED:** Se le recomienda esta vacuna a menos que su médico le indique que no la necesita o que no es segura en su caso.

**PUEDA SER RECOMENDADA PARA USTED:** Se le recomienda esta vacuna si padece de ciertos factores de riesgo debido a su salud, trabajo o estilo de vida. Hable con su médico para ver si necesita vacunarse.



Las personas con ciertos factores de riesgo debido a su salud, trabajo o estilo de vida que no figuran aquí, pueden correr riesgo de contraer otras enfermedades infecciosas incluso con la vacunación contra el meningococo (meningitis), hepatitis A, hepatitis B y Hib (Haemophilus influenzae tipo B). Hable con su médico para ver si necesita vacunarse como protección contra estas enfermedades.



Si viaja fuera de Estados Unidos, puede necesitar vacunas adicionales. Pregúntele a su médico sobre qué vacunas necesita por lo menos 6 semanas antes de viajar.

