



¿Es seguro vacunarse?

¡Sí!

Vacunarse es la manera más segura de preparar el sistema inmunitario del cuerpo para que combata una enfermedad. Las vacunas se someten a pruebas antes de obtener la licencia a fin de garantizar que sean seguras y evaluar su eficacia para la protección contra las enfermedades. También se controlan los efectos secundarios de las vacunas luego de que estas obtienen la licencia correspondiente.

Las vacunas, como cualquier otro medicamento, pueden provocar efectos secundarios. Algunas personas pueden padecer efectos secundarios leves, como inflamación donde se colocó la inyección o fiebre baja. Es poco frecuente que se produzcan reacciones graves a la vacuna. Los beneficios de evitar una enfermedad superan ampliamente el riesgo de sufrir una reacción grave a la vacuna.



¿Viajará al exterior?

Es posible que necesite otras vacunas para estar protegido contra enfermedades que no son comunes en EE. UU.

Puede encontrar más información en el sitio web: www.cdc.gov/spanish/especialesCDC/ProteccionViajel



¿Dónde puede vacunarse?

- El consultorio de su proveedor de atención médica.
- Su farmacia local.
- Algunos departamentos de salud locales:
www.doh.wa.gov/localhealth (Solo en inglés)

Para obtener ayuda a fin de encontrar un proveedor de vacunas, llame a la línea directa de Family Health al 1-800-322-2588.

¿Necesita más información?

Visite los sitios web de las siguientes organizaciones:

- Departamento de Salud del Estado de Washington:
www.doh.wa.gov/Inmunizacion
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: www.cdc.gov/spanish/inmunizacion/
- Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.: <http://espanol.vaccines.gov/>



VACUNAS para adultos



Si tiene una discapacidad y necesita este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127 (TDD/TTY 711).

DOH 348-105 March 2013 Spanish

Hacia una vida saludable

¿Por qué es necesario que los adultos se vacunen?



Las vacunas lo protegen contra enfermedades que no tienen límites de edad, por lo que puede contraerlas en cualquier momento de su vida.

Algunas enfermedades afectan con mayor frecuencia a los adultos y pueden provocar problemas de salud que ponen en riesgo la vida.

Algunos adultos nunca se vacunaron durante la niñez.

Vacunarse lo protege a usted y evita que contagie la enfermedad a sus familiares.



La mayoría de los planes de salud cubren las vacunas recomendadas. Consulte a su plan de seguro o proveedor de atención médica.

¿Qué vacunas necesitan los adultos?

Su edad, estado de salud, ocupación y estilo de vida determinan las vacunas que usted necesita. Consulte a su proveedor de atención médica para obtener más información sobre estas recomendaciones:

Varicela: dos dosis para los adultos que no hayan padecido varicela anteriormente.

Gripe: una dosis por año para todos los adultos.

Hepatitis A: dos dosis para los adultos con determinados estados de salud, ocupaciones o estilos de vida que los colocan en mayor riesgo de contraer la enfermedad. Comuníquese con su proveedor de atención médica para averiguar si debería vacunarse.

Hepatitis B: tres dosis para los adultos con determinados estados de salud, ocupaciones o estilos de vida que los colocan en mayor riesgo de contraer la enfermedad. Comuníquese con su proveedor de atención médica para averiguar si debería vacunarse.

Virus del papiloma humano: tres dosis para las mujeres de 19 a 26 años y los hombres de 19 a 21 años que no se hayan vacunado a más temprana edad. Los hombres de 22 a 26 años también pueden vacunarse.

Sarampión, paperas y rubéola: dos dosis para cualquier persona nacida después de 1956.

Vacuna antimeningocócica: una dosis para los estudiantes de primer año de la universidad que viven en residencias



estudiantiles, adultos con problemas o extirpación del bazo, personas con VIH, reclutas de las fuerzas armadas y personas que viajen a determinados países del exterior. Algunas personas pueden necesitar más de una dosis.

Vacuna antineumocócica: todos los adultos mayores de 65 años necesitan una única dosis. También deberían vacunarse los adultos menores de 65 años con determinados estados de salud, ocupaciones o estilos de vida que los colocan en mayor riesgo de contraer la enfermedad. Para algunos adultos puede ser necesaria más de una dosis. Comuníquese con su proveedor de atención médica para averiguar si necesitan la vacuna.

Herpes zóster: una dosis para los adultos mayores de 60 años que hayan o no padecido anteriormente herpes zóster o varicela, a causa del mismo virus.

Tétanos, difteria y tos ferina (vacuna Tdap) y tétanos y difteria (vacuna Td): todos los adultos necesitan una única dosis de la vacuna Tdap y, posteriormente, la vacuna de refuerzo Td cada 10 años. Las mujeres embarazadas deberían colocarse una dosis de la vacuna Tdap en cada embarazo para proteger al bebé contra la tos ferina.

Adultos + vacunas = una vida saludable y feliz. ¡Vacúnese!