

# Vacunas

## Sepa lo que necesita

**TODOS** los adultos necesitan vacunas para proteger su salud contra enfermedades comunes y graves.

- Todos los adultos necesitan **vacuna contra la influenza (gripe)** cada temporada de influenza, incluso las mujeres embarazadas durante cualquier trimestre.
- Todos necesitan recibir **la vacuna Tdap** alguna vez, sin importar cuándo se recibió la última vacuna contra el tétanos (Td). Las mujeres embarazadas necesitan una dosis de la Tdap durante cada embarazo. **La vacuna Td**, para proteger contra el tétanos y la difteria, se necesita cada 10 años.

Hay tres cosas que considerar al determinar cuáles vacunas son recomendadas para usted.

1. Su **edad**.
2. Su **estado de salud, estilo de vida o trabajo**.
3. **Los viajes internacionales que haga**.

**¡En su próxima visita a su profesional de salud pregunte cuáles vacunas son adecuadas para usted!**



Las vacunas son una de las formas más seguras de proteger la salud. Los efectos secundarios de las vacunas por lo general son leves y temporales. Los efectos secundarios graves son muy infrecuentes.

### 1. Vacunas que puede necesitar de acuerdo a su edad:

<p>Contra la enfermedad neumocócica (neumonía, meningitis)</p>	<p><b>¿QUIÉN?</b> Adultos de 65 años o más.</p> <p><b>¿CON QUÉ FRECUENCIA?</b> Se recomiendan dos vacunas antineumocócicas. Aplíquese una dosis de la vacuna PCV13 (vacuna conjugada) seguida de una dosis de la vacuna PPSV23 (vacuna polisacárida).</p>
<p>Contra el herpes zóster (culebrilla o <i>shingles</i>)</p>	<p><b>¿QUIÉN?</b> Adultos de 60 años o más.</p> <p><b>¿CON QUÉ FRECUENCIA?</b> Una vez.</p>
<p>Contra el virus del papiloma humano (VPH)</p> <p><i>Se recomienda si no ha recibido la serie completa de 3 inyecciones.</i></p>	<p><b>¿QUIÉN?</b> Mujeres de 26 años o menos Hombres de 21 años o menos Hombres de 26 años o menos si tienen sistemas inmunitarios debilitados o el VIH, o tienen relaciones sexuales con hombres.</p> <p><b>¿CON QUÉ FRECUENCIA?</b> Una serie de tres dosis una vez.</p>
<p>Contra el sarampión, las paperas, la rubéola (Vacuna MMR)*</p> <p><i>Se recomienda para ponerse al día si no se recibió cuando niño.</i></p>	<p><b>¿QUIÉN?</b> Adultos que nacieron en los Estados Unidos en 1957 o después y que no recibieron la vacuna MMR, o que han tenido pruebas que muestran que no tienen inmunidad al sarampión, las paperas ni la rubéola.</p> <p><b>¿CON QUÉ FRECUENCIA?</b> Una vez para la mayoría de los adultos; sin embargo, ciertas personas como estudiantes universitarios, viajeros internacionales o profesionales de la salud deben aplicarse dos dosis.</p>
<p>Contra la varicela*</p> <p><i>Se recomienda para ponerse al día si no se recibió cuando niño</i></p>	<p><b>¿QUIÉN?</b> Adultos que nacieron en los Estados Unidos en 1980 o después y que nunca recibieron las dos dosis de la vacuna o que nunca tuvieron varicela.</p> <p><b>¿CON QUÉ FRECUENCIA?</b> Una serie de dos dosis una vez.</p>

\*LAS VACUNAS vivas contienen una versión del virus vivo que está debilitado. Las vacunas vivas no se deben administrar a mujeres embarazadas o a personas con sistemas inmunitarios debilitados. Esto incluye las que tienen un número CD4 de menos de 200.

**NO ESPERE.  
¡VACÚNESE!**



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

## 2. Puede necesitar algunas vacunas dependiendo de su estado de salud, su estilo de vida o trabajo:

Esta tabla muestra algunas vacunas comunes para adultos, pero usted puede necesitar otras. Su profesional de salud utilizará el calendario de vacunación para adultos más detallado para determinar las vacunas recomendadas para usted.

	Serie de la hepatitis A	Serie de la hepatitis B	Vacuna antimeningocócica	Vacuna antineumocócica polisacárida	Vacuna polisacárida más vacuna antineumocócica PCV13
Sistema inmunitario debilitado				●	●
VIH		●		●	●
No tiene bazo o no funciona bien			●	●	●
Enfermedad cardíaca				●	
Enfermedad pulmonar crónica (por ejemplo, epoc o asma)				●	
Diabetes: Tipo 1 o tipo 2		●		●	
Enfermedad crónica de los riñones o insuficiencia renal		●		●	●
Enfermedad hepática crónica	●	●		●	
Alcoholismo crónico				●	
Hombres que tienen relaciones sexuales con hombres	●	●			
Estudiantes universitarios de primer año que viven en residencias estudiantiles del campus			●		
Trabajadores de cuidados de la salud	Además de todas las vacunas que necesitan todos los adultos, también se recomienda que todos los trabajadores de cuidados de la salud reciban la serie de la vacuna contra la hepatitis B, la MMR y la vacuna contra la varicela. Para obtener más información: <a href="http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr6007a1.htm">http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr6007a1.htm</a>				

## 3. Las vacunas que puede necesitar si hace viajes fuera de los Estados Unidos

Puede que necesite vacunas adicionales dependiendo del lugar al que va a viajar. Para obtener información sobre las vacunas que puede necesitar y para buscar clínicas para viajeros que ofrezcan esas vacunas, visite [www.cdc.gov/travel](http://www.cdc.gov/travel).

# NO ESPERE. ¡VACÚNESE!

Hable con su profesional de salud para asegurarse de que está 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](http://www.cdc.gov/vaccines/adults/espanol).

