

## ¿Por qué es importante que como adulto me vacune?

1. Podría estar en riesgo de enfermedades graves.

- Cada año, miles de adultos en los Estados Unidos sufren enfermedades graves o son hospitalizados e incluso mueren a causa de enfermedades para las cuales se pueden prevenir con vacunas.
- Aunque haya recibido todas las vacunas en la infancia, la protección de algunas vacunas puede desaparecer. El riesgo de que contraiga otras enfermedades también depende del trabajo, estilo de vida, viajes o estado de salud de la persona. Por ejemplo: personas entre 18-64 años de edad con cualquier condición crónica como diabetes, enfermedad del corazón o del pulmón. Si por medio del trabajo puede estar en riesgo de enfermedades. O si una persona tiene múltiples parejas y usa drogas por medio de inyecciones. Es posible que estas personas necesiten vacunas adicionales tales como:
  - Vacuna de la neumonía y meningitis: para mayores de 65 años de edad.
  - Vacuna contra la influenza (gripe): todos los adultos deben vacunarse cada temporada, incluso mujeres embarazadas.
  - Vacuna del Virus de Hepatitis B: personas en alto riesgo de contraer el virus de la Hepatitis B.

2. Puede proteger no solo su salud pero también la de quienes lo rodean si se pone las vacunas recomendadas.

- Las vacunas actúan junto con las defensas naturales del cuerpo para crear inmunidad a la enfermedad de una manera segura y reducir las probabilidades de contraer ciertas enfermedades y de sufrir por las complicaciones. Los efectos secundarios de las vacunas por lo general son leves y temporales.
- Las vacunas también reducen sus probabilidades de transmitir enfermedades a su familia y en la comunidad. Algunas de las enfermedades contagiosas que se pueden prevenir con vacunas son: tosferina, varicela, sarampión, rubeola, paperas, gripe, para nombrar algunas.

3. Tiene demasiadas responsabilidades que no puede darse el lujo de enfermarse.

- Las vacunas pueden ayudarlo a permanecer sano para estar disponible para su familia y amigos, y no faltar al trabajo o dejar de hacer las otras actividades que tenga. Las enfermedades prevenibles con vacunas causan enfermedades que pueden durar largo tiempo, hospitalizaciones y hasta la muerte.

**SABIA QUE:** En los Estados Unidos cada año...

- más de 200,000 personas son hospitalizadas por la gripe;
- cerca de 900,000 personas contraen neumonía;
- entre 700,000 a 1.4 millones de personas sufren de Hepatitis B crónica;
- El Virus del Papiloma Humano causa más de 27,000 casos de cáncer en mujeres y hombres.

*Las vacunas son unas de las formas más seguras de proteger la salud. Son importantes para estar saludables. Además ,enfermarse no es divertido!* Pregúntele a su médico cuales vacunas son las adecuadas para usted. Para mayor información llame a Ana Coppola en el Departamento de Salud del Condado de Polk al 515-323-5227 o visite [www.polkcountyiowa.gov/health](http://www.polkcountyiowa.gov/health)