

En esta época del año la mayoría de los adultos están ocupados finalizando las vacaciones de verano y preparándose para el nuevo año escolar. Padres están revisando que sus hijos tengan todos los suministros escolares, físicos médicos y vacunas necesarias para estar saludables y ser exitoso en la escuela. Sin embargo, es importante para el éxito de los hijos que los padres tengan sus vacunas al día. ¿Cuándo fue la última vez que hablo con su médico sobre las vacunas recomendadas para adultos?

Aproximadamente, 50,000 adultos mueren cada año de enfermedades que se pueden prevenir con vacunas en los Estados Unidos. La mayoría de adultos saben de la importancia de estar vacunados, aun muchos ignoran de la necesidad de vacunarse. De hecho, en el 2016 una encuesta indico que solo el 27% mayores de 19 años se han aplicado la vacuna Tdap (tétanos, difteria, tosferina) y 33% de adultos mayores de 60 años recibieron la vacuna contra la culebrilla. Solo el 24% de adultos entre 19-64 años con alto riesgo de tener esta enfermedad se han aplicado la vacuna contra la enfermedad neumococica.

Al envejecer, la protección de vacunas contra enfermedades de la niñez, como por ejemplo tosferina, se debilita convirtiéndolo más sensible a adquirir enfermedades. Adultos saludables pueden enfermarse y pasar la enfermedad a otros. Vacunas son especialmente importantes para adultos mayores de 60 años y adultos mayores con alguna enfermedad crónica como diabetes y enfermedad del corazón.

Vacunas también son importantes porque no solo protege al individuo que recibe la vacuna, sino que también ayuda a prevenir la propagación de ciertas enfermedades, especialmente a aquellos que son más sensibles a complicaciones serias como son bebés, niños, adultos mayores, y aquellos con condiciones medica crónica y con un sistema inmune débil. Se recomienda que mujeres deben de tener la vacuna Tdap cada vez que están embarazadas porque sus bebés no reciben la vacuna DTap (difteria, tétanos y tosferina) hasta los dos meses de vida.

Las vacunas son seguras. Vacunas son minuciosamente analizadas antes de tener licencia para asegurarse de que son seguras para la comunidad. Los efectos secundarios de las vacunas son usualmente leves y temporales. Algunos individuos pueden tener reacción alérgica a ciertas vacunas o sus ingredientes, pero efectos secundarios serios y de larga duración son muy raros.

Adultos necesitan las siguientes vacunas dependiendo de la edad, estilo de vida, condiciones de alto riesgo e historia de vacunas:

- Vacuna contra la influenza (gripe) cada año.
- Tétanos, difteria, tosferina (Tdap): adultos deben de recibir un refuerzo de (td) cada 10 años.
- Culebrilla: para individuos mayores de 60 años.
- Adultos mayores de 65 años deben de recibir la vacuna contra la enfermedad neumococica.
- Virus del Papiloma Humano: mujeres hasta los 26; hombres hasta los 21; hombres que tiene sexo con otro hombre hasta los 26.
- Hepatitis A, B; Meningitis B; Influenza tipo B
- Sarampión, paperas y rubeola (MMR); varicela

Para asegurarse de que sus vacunas están al día hable con su médico en la próxima cita médica. También puede visitar <https://www.cdc.gov/vaccines/adults/index-sp.html>