

Las vacunas no son solo para los bebés. A medida que los niños crecen, algunas vacunas recibidas durante la niñez pueden empezar a perder su eficacia. Los adolescentes y aun los mayores de edad también pueden ser susceptibles a ciertas infecciones.

Si tiene hijos preadolescentes y adolescentes asegúrese de que hayan recibido las vacunas recomendadas para ellos. Y como adulto usted nunca se ha quedado corto de vacunas. Usted puede estar necesitando vacunas específicas de acuerdo a su edad o estilo de vida, condiciones de riesgo y vacunas previas. Estas no solo ayudan a protegerlo sino que también protegen a sus amigos, a la comunidad y a sus familiares.

**Edúquese usted mismo**, con hechos concretos las vacunas previenen enfermedades. Como adulto, averigüe que vacunas en específico necesita. A medida que los niños empiezan a crecer están en más riesgo de contagiarse de alguna enfermedad, como por ejemplo la meningitis. Es una bacteria que se propaga a través de secreciones como la saliva. Esta enfermedad se propaga tan rápido en el cerebro que un adolescente saludable puede morir en 48 horas si no recibe atención médica a tiempo.

**Conozca su situación**, Averigüe si por su edad y por tener algún tipo de enfermedad específica, usted necesita la vacuna contra la neumonía. Cualquiera que sea mayor de 64 años y que tenga una enfermedad crónica como enfermedad de corazón, de pulmón, diabetes, etc. debe de estar protegido contra la neumonía. Al igual que en los adultos la vacuna de la gripa es recomendada en los adolescentes, especialmente aquellos niños con asma o diabetes. Los pre-adolescentes y adolescentes deben de vacunarse contra la gripa tan pronto esté disponible la vacuna en el otoño.

**Reduzca su riesgo**, si usted es una mujer u hombre menor de 27 años debería de tener la vacuna contra el cáncer cervical. Esta vacuna protege contra el Virus del Papiloma Humano, el cual es muy común en los adolescentes y se propaga con el contagio sexual. Se recomiendan cuatro vacunas para los preadolescentes y adolescentes:

- Tdap: a los 11 o 12 años se recomienda una dosis de refuerzo de la vacuna de la niñez contra el tétanos, difteria y tosferina.
- Meningococo: protege contra la meningitis. Se recomienda a los 11 o 12 y después un refuerzo a los 16 o 18 años.
- HPV (por sus siglas en inglés): proteger contra algunos tipos de virus que causan cáncer cervical.
- Vacuna de la influenza: para protegerse contra la gripa y sus complicaciones.

Ha escuchado hablar sobre la culebrilla, enfermedad también conocida como Herpes Zoster. Cualquier persona que haya tenido varicela puede llegar a tener culebrilla. El riesgo de esta enfermedad aumenta con la edad, se presenta en hombres y mujeres mayores de 60 años, sin embargo hasta los niños pueden sufrir de esta enfermedad.

Hable con su doctor o visite el Departamento de Salud del Condado de Polk, [www.polkcountyiowa.gov/health](http://www.polkcountyiowa.gov/health) o llame Ana Coppola al 323-5227 para aprender más acerca de vacunas.