

# Vacunas para la Vida

## ¿Por qué nos interesan las vacunas para los adultos?

Las vacunas no son solo para los niños. Las vacunas para los adultos ayudan a prevenir enfermedades graves, hospitalizaciones e incluso la muerte. El vacunarse es una de las cosas más importantes y fáciles que puede hacer para proteger su salud y la de su familia.



## ¿Por qué los adultos necesitan vacunas?

Los adultos a menudo no se vacunan por que creen que no las necesitan. Pero determinadas vacunas siguen siendo importantes debido a que:

- Algunas vacunas pierden su efectividad con el tiempo dejándolo desprotegido.
- Un virus o bacteria cambia y usted necesita una vacuna distinta para estar protegido (por ejemplo la gripe).
- Su sistema inmune envejece por lo que es probable que se enferme más que cuando era joven (por ejemplo herpes y neumonía).
- Aparecen nuevas vacunas que usted podría no haberse aplicado.
- Tiene una enfermedad crónica (como asma o enfermedad cardíaca) que lo pone en mayor riesgo de contraer infecciones.

## ¿Qué vacunas necesitan los adultos?

Haga planes para hablar con su médico acerca de sus necesidades específicas de vacunas. Los lineamientos generales son:

- Todos los adultos de 19 años o más - gripe, tétano, difteria y tos ferina
- Adultos jóvenes entre 19 y 26 años no vacunados todavía - Virus del Papiloma Humano (HPV)
- Adultos nacidos de 1957 en adelante- sarampión, paperas y rubeola (MMR)
- Adultos nacidos de 1980 en adelante - varicela
- Adultos de 60 años o más - herpes zoster (culebrilla)
- Adultos de 65 años o más - neumocócica (neumonía)

**Para obtener información adicional:** [www.cdc.gov/vaccines](http://www.cdc.gov/vaccines)



Síguenos en  
Facebook



**VDH** VIRGINIA  
DEPARTMENT  
OF HEALTH  
Protecting You and Your Environment