

Muchos adultos no saben que necesitan vacunas para protegerse contra enfermedades graves pero prevenibles.

Estos factores determinan qué vacunas necesita:

ESTADO DE SALUD

Estilo de vida

Edad y trabajo

Si tiene 60 años o más, pregúntele a su médico acerca de estas vacunas:

- Gripe (Influenza)
- Enfermedad neurocócica
- Culebrilla (zóster)
- Tétanos, difteria y tos ferina (pertusis)



¿Dónde puedo vacunarme?

- El consultorio de su médico
- Su farmacia local
- Algunos departamentos de salud locales:
www.doh.wa.gov/localhealth

Para encontrar un lugar donde vacunarse, llame a la línea directa Watch Me Grow WA al **1-800-322-2588**.

¿Dónde puedo obtener más información?

Consulte a estas organizaciones:

- Washington State Department of Health (Departamento de Salud del estado de Washington): www.doh.wa.gov/Immunization o llame al 1-866-397-0337
- Immunization Action Coalition of Washington (Coalición de Acción para la Vacunación de Washington): www.immunitycommunitywa.org/iacw
- Center for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades): www.cdc.gov/vaccines/adults
- U.S. Department of Health and Human Services (Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.): www.vaccines.gov



DOH 348-107 April 2023A SPANISH

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 (servicio de relé de Washington) o enviar un correo electrónico a civil.rights@doh.wa.gov.

¿TIENE

60

AÑOS O MÁS?

Vacúnese

Protégase. Proteja a su familia.



www.doh.wa.gov/Immunization

Si tiene 60 años o más, pregúntele a su médico acerca de estas vacunas.

Vacuna contra la gripe (influenza)

Todas las personas mayores de 6 meses deben vacunarse contra la gripe todos los años.

- Los adultos de 65 años o más tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente y morir si se contagian de gripe.
- Ciertas condiciones de salud también lo ponen en mayor riesgo, como el asma, la enfermedad pulmonar crónica, las enfermedades cardíacas, la diabetes y el sistema inmunitario debilitado.

Vacunarse contra la gripe todos los años es la mejor manera de protegerse a usted mismo a quienes lo rodean.

Vacunas contra la enfermedad neumocócica

Los adultos de 65 años o más deben estar al día con la vacunación contra la enfermedad neumocócica.

- Si nunca ha recibido una vacuna contra la enfermedad neumocócica, se recomienda colocarse PCV15 o PCV20 para adultos de 65 años o más y adultos de 19 a 64 años con ciertas condiciones médicas. En caso de administrar PCV15, se debe continuar con una dosis de PPSV23 un año después.
- **Si alguna vez recibió una vacuna contra la enfermedad neumocócica, hable con su proveedor de atención médica o farmacéutico para conocer qué vacuna necesita.**

Vacuna contra la culebrilla (zóster)

Todos los adultos de 50 años o más necesitan la vacuna contra la culebrilla.

- La culebrilla es causada por el mismo virus que causa la varicela. Cualquiera que haya tenido varicela puede desarrollar culebrilla luego. El riesgo de desarrollar culebrilla aumenta a medida que envejece.
- La culebrilla es una erupción cutánea dolorosa que puede durar meses o incluso años. No existe una cura, pero las opciones de tratamiento pueden reducir la duración de la enfermedad y prevenir complicaciones.

Hable con su médico acerca de vacunarse contra la culebrilla, incluso si ya la ha tenido.

Vacuna contra el tétanos, la difteria y la tos ferina (pertusis)

La vacuna Dtap protege contra la tos ferina, el tétanos y la difteria.

- Si estará en contacto con un bebé o lo cuidará, deberá estar al día con su vacuna Dtap.
- Consulte a su proveedor de atención médica sobre cuántas vacunas Dtap o DT necesita.
- Se necesita un refuerzo de DT o Dtap cada 10 años para mantener su protección al máximo.

La tos ferina es una enfermedad muy grave en los bebés.



Vacunas para viajar

Debe estar al día con las vacunas de rutina si viaja. Hable con su médico para averiguar qué vacunas se requieren para su destino y manténgase al día con sus vacunas contra el COVID-19.

Encuentre información sobre vacunas para viajar en: www.cdc.gov/travel