

# LA IMPORTANCIA DE LA VACUNACIÓN EN LOS ADULTOS



## Manual Educativo para Trabajadores de Salud Comunitaria y Promotores de Salud



La información en esta publicación está actualizada a la fecha indicada. Para conocer las actualizaciones, visite [doh.wa.gov/immunizations](https://doh.wa.gov/immunizations). 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 [doh.information@doh.wa.gov](mailto:doh.information@doh.wa.gov).

DOH 348-326 December 2025

# LA IMPORTANCIA DE LA VACUNACIÓN EN LOS ADULTOS



## Manual Educativo Para Trabajadores de Salud Comunitaria y Promotores de Salud



La información en esta publicación está actualizada a la fecha indicada. Para conocer las actualizaciones, visite [doh.wa.gov/immunizations](https://doh.wa.gov/immunizations). 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 [doh.information@doh.wa.gov](mailto:doh.information@doh.wa.gov).

DOH 348-326 December 2025

# LA IMPORTANCIA DE LA VACUNACIÓN EN LOS ADULTOS

Este manual debe imprimirse y usarse como material de referencia. Las páginas con menos texto son para los clientes y las páginas con más texto son para los educadores. Proporciona a los trabajadores de la salud comunitaria y promotores de salud la información que necesitan para enseñar a individuos o grupos sobre la importancia de las vacunas para adultos y las enfermedades que previenen.

Esperamos que esta información ayude a promover, educar y responder preguntas en su comunidad. Si desea obtener más información o necesita materiales adicionales sobre las vacunas, consulte los recursos disponibles al final de este manual.

Envíe un correo electrónico a [healtheducation@doh.wa.gov](mailto:healtheducation@doh.wa.gov) para obtener una copia electrónica de este manual.

# ÍNDICE

<u>Título</u>	<u>Núm. de página</u>
¡La salud es lo más importante para toda la familia! .....	6
¿Cómo puede usted ayudar?.....	8
¿Qué es una vacuna? .....	10
¿Por qué son importantes las vacunas?.....	12
Inmunidad en nuestra comunidad .....	14
¿Qué puede pasar si decidimos no vacunarnos? .....	16
Las ventajas de las vacunas.....	18
Las enfermedades y sus vacunas.....	20
Vacunas recomendadas para adultos .....	23
Recursos adicionales .....	24

# ÍNDICE

<u>Título</u>	<u>Núm. de página</u>
¡La salud es lo más importante para toda la familia! .....	6
¿Cómo puede usted ayudar?.....	8
¿Qué es una vacuna? .....	10
¿Por qué son importantes las vacunas?.....	12
Inmunidad en nuestra comunidad .....	14
¿Qué puede pasar si decidimos no vacunarnos?.....	16
Las ventajas de las vacunas.....	18
Las enfermedades y sus vacunas.....	20
Vacunas recomendadas para adultos .....	23
Recursos adicionales .....	24

## **CÓMO IMPRIMIR ESTE MATERIAL:**

Debajo de la configuración de impresión, se debe seleccionar lo siguiente: Imprimir todas las páginas, una página por hoja, tamaño carta (*letter*) 8.5 x 11” pulgadas, imprimir ambos lados volteando el borde largo (*Print both side, flip on long edge*), RGB compuesto (*Composite RGB*). Ahora vaya a propiedades de la impresora (*Printer Properties*) y seleccione lo siguiente: 2 caras (*2-sided*) tipo tableta (*tablet*), impresión tipo N-arriba (*N-Up Printing*) y orientación horizontal (*Landscape*).

**¡La salud es lo más importante para toda la familia!**



**Quando nos mantenemos sanos,  
toda nuestra comunidad se beneficia.**

## ¡La salud es lo más importante para toda la familia!

Cuando nos mantenemos sanos, toda nuestra comunidad se beneficia.



- Estar sanos nos ayuda a sentirnos mejor en todas las áreas de nuestra vida. Por eso, es importante estar al día con todas las vacunas.
- Con frecuencia pensamos que las vacunas son solo para los niños, ¡pero también son importantes para los adultos! Solo uno de cada cuatro adultos está al día con sus vacunas contra la gripe, neumococo, Tdpa y culebrilla, lo que implica un mayor riesgo de enfermarse, faltar al trabajo o incluso ser hospitalizado.

# ¿Cómo puede ayudar?



**Manténgase al día con todas las inmunizaciones. No olvide vacunarse contra la gripe cada año y mantenerse al día con sus vacunas contra el COVID-19.**



## ¿Cómo puede ayudar?

**Manténgase al día con todas las inmunizaciones. No olvide vacunarse contra la gripe cada año y mantenerse al día con sus vacunas contra el COVID-19.**

- Usted puede ayudar a proteger su salud, la salud de su familia y la salud de su comunidad. Pregunte a su proveedor de atención médica qué vacunas necesitan usted y su familia para mantenerse sanos.
- Mantenerse al día con las vacunas como adulto es importante. Algunas vacunas de la infancia pierden su protección con el tiempo, por lo que puede que necesite dosis de refuerzo. También puede estar en riesgo de contraer otras enfermedades debido a su edad, trabajo, estilo de vida, viajes o condiciones de salud.
- Las vacunas reducen el riesgo de sufrir una enfermedad grave y la muerte en consecuencia, y ayudan a evitar faltar al trabajo o a la escuela.

# ¿Qué es una vacuna?



**Una vacuna es un medicamento que ayuda a que el cuerpo aprenda a protegerse contra una o más enfermedades.**



## ¿Qué es una vacuna?

**Una vacuna es un medicamento que ayuda a que el cuerpo aprenda a protegerse contra una o más enfermedades.**

- Una vacuna es un medicamento que ayuda a que el cuerpo cree anticuerpos contra determinadas enfermedades. Estos anticuerpos ayudan al sistema inmunológico a reconocer y combatir virus o bacterias dañinas y lo mantienen protegido.
- Las vacunas preparan su cuerpo para luchar contra una enfermedad antes de que se exponga a ella, lo que ayuda a prevenir que se enferme.
- A veces, necesitamos más de una dosis de una vacuna. Estas dosis repetidas ayudan a que nuestro sistema inmunológico esté mejor preparado para combatir la enfermedad.

# ¿Por qué son importantes las vacunas?



**Gracias a las vacunas, menos personas padecen enfermedades infecciosas graves.**



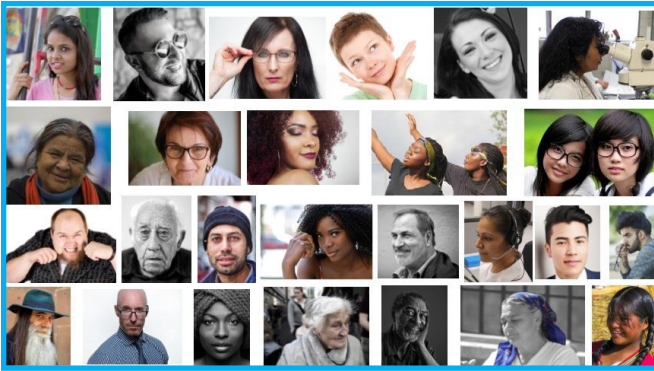
## ¿Por qué son importantes las vacunas? Gracias a las vacunas, menos personas padecen enfermedades infecciosas graves.

- Gracias a las vacunas, enfermedades como la polio, la difteria y la viruela **ya no se ven** en los Estados Unidos.
- Antes de las vacunas, muchos niños y adultos se enfermaban gravemente cada año y enfermedades comunes como la polio podían propagarse por las comunidades y causar en las personas debilidad o parálisis de por vida.
- **Otras enfermedades han disminuido en un 99 por ciento.** Antes de 1963, se notificaban más de medio millón de casos de sarampión y morían más de 500 personas al año.

# Inmunidad en nuestra comunidad



**La salud de cada familia y comunidad no tiene precio. Las vacunas son importantes para mantenernos sanos.**

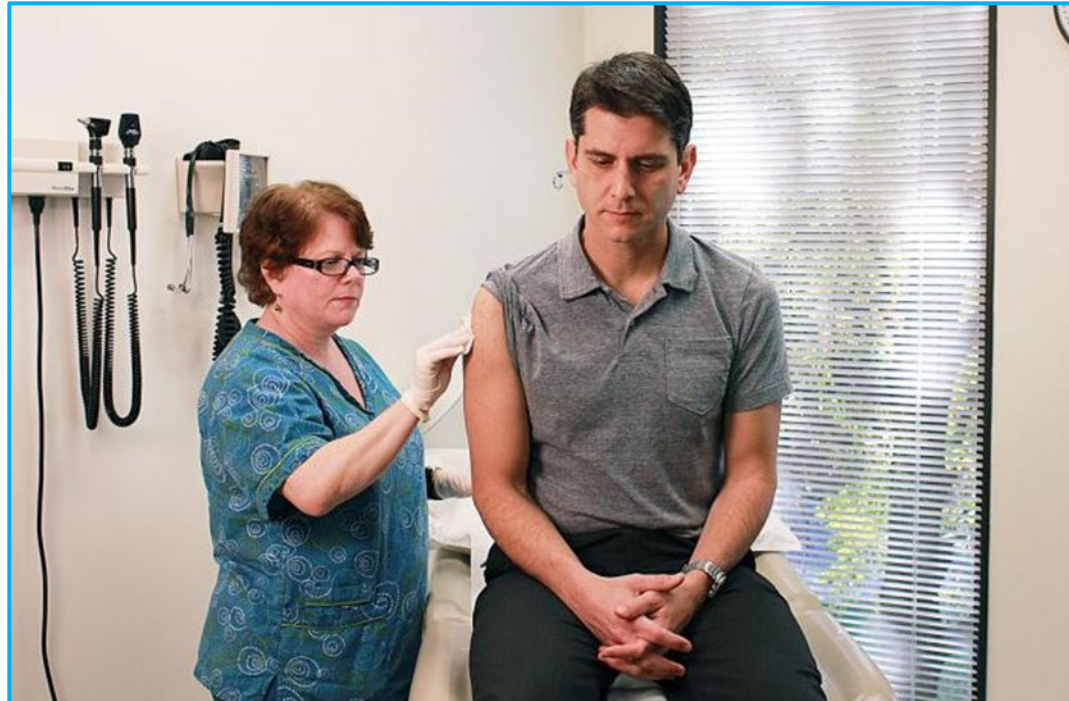


## Inmunidad en nuestra comunidad

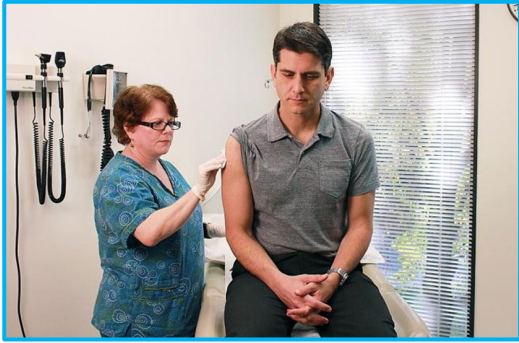
**La salud de cada familia y comunidad no tiene precio. Las vacunas son importantes para mantenernos sanos.**

- Las vacunas son uno de los mayores logros médicos porque previenen muchas enfermedades graves. Para mantener esta protección fuerte y evitar que las enfermedades se propaguen a otros, la mayoría de las personas en una comunidad necesita vacunarse. Esto se llama *inmunidad de rebaño* o *inmunidad comunitaria*.
- Cuando usted y su familia se vacunan, ayudan a proteger a su comunidad y evitar que las enfermedades se propaguen.

# ¿Qué puede pasar si decidimos no vacunarnos?



**Podemos enfermarnos y transmitir la infección a otras personas más vulnerables. Esto incluye a personas con sistemas inmunológicos débiles o aquellas que no pueden vacunarse.**



## ¿Qué puede pasar si decidimos no vacunarnos?

**Podemos enfermarnos y transmitir la infección a otras personas más vulnerables. Esto incluye a personas con sistemas inmunológicos débiles o aquellas que no pueden vacunarse.**

Si no nos vacunamos y tenemos contacto con gérmenes, podemos ocasionar lo siguiente:

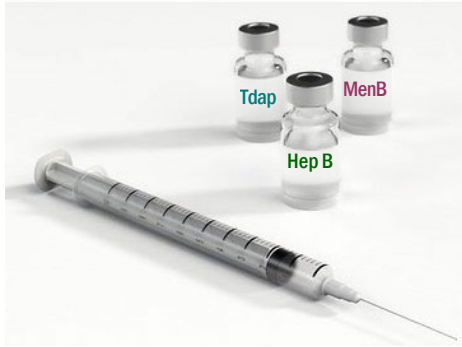
- Enfermar y hacer que otros se enfermen.
- Poner en alto riesgo la salud de personas como bebés, adultos mayores y aquellos que no pueden recibir vacunas o tienen sistemas inmunológicos débiles.

Cuando nos vacunamos, protegemos nuestra salud y la de quienes nos rodean, ya que algunas enfermedades pueden ser graves e, incluso, pueden causar la muerte.

# Las ventajas de las vacunas



**Las vacunas son seguras y efectivas contra muchas enfermedades infecciosas.**



## Las ventajas de las vacunas

**Las vacunas son seguras y efectivas contra muchas enfermedades infecciosas.**

- Las vacunas son seguras. Los expertos médicos revisan cuidadosamente los datos de seguridad de las vacunas antes de recomendarlas y continúan monitoreando su seguridad después de la aprobación.
- Las personas que mantienen sus vacunas al día tienen una protección más fuerte y tienen menos probabilidades de contraer alguna enfermedad grave que podría prevenirse con las vacunas.
- Si la mayoría de la población está vacunada, la propagación de muchas enfermedades disminuye.
- El sistema médico no siempre ha tratado a todos por igual y está bien tener preguntas o preocupaciones sobre las vacunas. Consulte con un proveedor de atención médica en quien confíe.

# Las enfermedades y sus vacunas

**Podemos protegernos a nosotros mismos y a nuestras familias de más de 16 enfermedades graves en la infancia y la adolescencia mediante vacunas de rutina, junto con vacunas adicionales que nos ayudan a mantenernos protegidos como adultos.**

**Para obtener más información, visite [vaccinateyourfamily.org/en-espanol/](http://vaccinateyourfamily.org/en-espanol/)**

# Las enfermedades y sus vacunas

**Podemos protegernos a nosotros mismos y a nuestras familias de más de 16 enfermedades graves en la infancia y la adolescencia mediante vacunas de rutina, junto con vacunas adicionales que nos ayudan a mantenernos protegidos como adultos.**

**Para obtener más información, visite [vaccinateyourfamily.org/en-espanol/](https://vaccinateyourfamily.org/en-espanol/)**

# —Apéndice—

# Vacunas recomendadas para adultos

Vacuna	¿La necesita?
<b>COVID-19</b>	<i>¡Sí!</i> Todos los adultos deben estar al día con la vacunación contra la COVID-19. Hable con su proveedor de atención médica.
<b>Hepatitis A (HepA)</b>	<i>Tal vez.</i> Usted necesita esta vacuna si tiene un factor de riesgo específico de contraer una infección por el virus de la hepatitis A* o simplemente desea estar protegido contra esta enfermedad. Por lo general, la vacuna se administra en 2 dosis, separadas entre 6 y 18 meses.
<b>Hepatitis B (HepB)</b>	<i>¡Sí!</i> Se recomienda que todos los adultos no vacunados menores de 60 años completen una serie de 2 o 3 dosis de la vacuna contra la hepatitis B, dependiendo de la marca. También necesita esta vacuna si tiene 60 años o más y tiene un factor de riesgo específico* o simplemente desea estar protegido contra esta infección. A todos los adultos se les debe realizar una prueba de detección de infección por hepatitis B con un análisis de sangre al menos una vez; hable con su proveedor de atención médica.
<b>Hib (Haemophilus influenzae tipo b)</b>	<i>Tal vez.</i> Algunos adultos con ciertas afecciones de alto riesgo necesitan vacunarse contra la Hib. Hable con su proveedor de atención médica para averiguar si necesita esta vacuna.
<b>Virus del papiloma humano (VPH)</b>	<i>¡Sí!</i> Debe recibir esta vacuna si tiene 26 años o menos. Los adultos de 27 a 45 años también pueden decidir vacunarse luego de consultarlo con su proveedor de atención médica*. La vacuna se administra en 2 o 3 dosis, según la edad a la que se haya administrado la primera dosis.
<b>Influenza (Gripe)</b>	<i>¡Sí!</i> Debe vacunarse contra la influenza cada otoño o invierno.
<b>Sarampión, paperas, rubéola (MMR)</b>	<i>Tal vez.</i> Necesita al menos 1 dosis de la vacuna contra sarampión, paperas y rubéola (MMR) si nació en 1957 o después. También puede necesitar una segunda dosis*. Las personas embarazadas y con sistemas inmunitarios gravemente debilitados no deben recibir la vacuna MMR*.
<b>Meningocócica ACWY (MenACWY [MCV4], MenABCWY)</b>	<i>Tal vez.</i> Es posible que necesite la vacuna MCV4 si padece determinadas afecciones médicas* y también si el riesgo es continuo. También necesitará esta vacuna si es estudiante universitario de primer año que vive en una residencia y (1) no ha recibido una dosis desde los 16 años o (2) han pasado más de 5 años desde su última dosis. Toda persona de 19 a 21 años puede recibir una dosis de compensación si no ha recibido una desde los 16 años. Una combinación de MenABCWY es una opción cuando se necesitan las vacunas MenB y MCV4.
<b>Meningocócica B (MenB, MenABCWY)</b>	<i>Tal vez.</i> Es posible que necesite la vacuna MenB si padece determinadas afecciones médicas*, además de vacunas de refuerzo si el riesgo es continuo. Si tiene entre 16 y 23 años, puede analizar la posibilidad de recibir la vacuna MenB con su proveedor de atención médica, incluso si no tiene una afección de alto riesgo. Una combinación de MenABCWY es una opción cuando se necesitan las vacunas MCV4 y MenB.
<b>Viruela símica</b>	<i>Tal vez.</i> Necesita la serie de 2 dosis de la vacuna contra la viruela símica (de Jynneos) si está en riesgo debido a una exposición conocida o sospechada a alguien con viruela símica o si tiene ciertas prácticas sexuales que aumentan su riesgo de exposición a la viruela símica*. Hable con su proveedor de atención médica.
<b>Neumococo (PCV, PPSV23)</b>	<i>¡Sí!</i> Todos los adultos de 50 años o más necesitan una vacuna contra el neumococo. Los adultos menores de 50 años con ciertas afecciones médicas subyacentes u otros factores de riesgo* también necesitan la vacuna contra el neumococo. Es posible que ahora se recomienden vacunas más nuevas para las personas vacunadas en el pasado. Su proveedor de atención médica puede determinar si necesita una vacuna y cuál.
<b>Virus sincicial respiratorio (VSR)</b>	<i>¡Sí!</i> Debe recibir esta vacuna por única vez si tiene 75 años o más, o si tiene entre 60 y 74 años y tiene un mayor riesgo de contraer una forma grave del VSR. Para proteger a los bebés contra el VSR, la persona embarazada debe recibir la vacuna Abrysvo (de Pfizer) contra el VSR o el bebé debe recibir un anticuerpo preventivo (nirsevimab) contra el VSR.
<b>Tétanos, difteria, tos ferina (Tdap, Td)</b>	<i>¡Sí!</i> Si usted nunca ha recibido una dosis de la vacuna Tdap, tiene que recibir una inyección de Tdap ahora. Después de eso, necesitará una dosis de refuerzo de Td o Tdap cada 10 años. Consulte a su proveedor de atención médica si no ha recibido al menos 3 vacunas antitetánicas y contra la difteria en algún momento de su vida o si tiene una herida profunda o sucia.
<b>Varicela (Var)</b>	<i>Tal vez.</i> Si nunca ha tenido varicela ni fue vacunado o fue vacunado pero recibió solo 1 dosis, hable con su proveedor de atención médica para averiguar si necesita esta vacuna. Las mujeres embarazadas y las personas con un sistema inmunitario gravemente debilitado no deben recibir la vacuna contra la varicela.
<b>Herpes zóster (culebrilla)</b>	<i>¡Sí!</i> Si tiene 19 años o más y el sistema inmunitario debilitado o si tiene 50 años o más, debería recibir una serie de 2 dosis de la marca Shingrix de vacuna contra la culebrilla.

\*Consulte con su proveedor de atención médica para determinar su nivel de riesgo de infección y su necesidad de aplicarse esta vacuna.

## Recursos de vacunación para adultos

Consulte estos recursos en línea para obtener más información sobre la vacunación para adultos.

Nombre de la organización	Dirección del sitio web
Academia Estadounidense de Médicos de Familia (AAFP)	<a href="http://www.aafp.org">www.aafp.org</a> (solo en inglés)
Centros para la Prevención y Control de Enfermedades (CDC)	En inglés: <a href="https://www.cdc.gov/vaccines-adults/">https://www.cdc.gov/vaccines-adults/</a> En español: <a href="http://www.cdc.gov/vaccines-adults/es/vacunas-que-necesita-como-adulto.html">www.cdc.gov/vaccines-adults/es/vacunas-que-necesita-como-adulto.html</a>
Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS)	<a href="http://www.hhs.gov/immunization/who-and-when/adults">www.hhs.gov/immunization/who-and-when/adults</a> (solo en inglés)
Immunize.org	Sitio web general (disponible únicamente en inglés; sin embargo, varios de los materiales educativos están disponibles en español): <a href="http://www.immunize.org/clinical/topic/adult-vaccination">www.immunize.org/clinical/topic/adult-vaccination</a>
Coalición de Acción sobre Inmunización de Washington	<a href="http://www.immunitycommunitywa.org/iacw/">www.immunitycommunitywa.org/iacw/</a>
Fundación Nacional para las Enfermedades Infecciosas (NFID)	<a href="http://es.nfid.org/immunization/">es.nfid.org/immunization/</a>
Centro Educativo sobre Vacunas	Sitio web general (disponible únicamente en inglés; sin embargo, varios de los materiales educativos están disponibles en español): <a href="http://www.chop.edu/vaccine-education-center/vaccine-details">www.chop.edu/vaccine-education-center/vaccine-details</a>
Vacune a Su Familia	<a href="http://www.vaccinateyourfamily.org/en-espanol/">www.vaccinateyourfamily.org/en-espanol/</a>
Departamento de Salud del Estado de Washington	<a href="http://www.doh.wa.gov/es/you-and-your-family-immunization/para-los-adultos">www.doh.wa.gov/es/you-and-your-family-immunization/para-los- adultos</a> <a href="http://www.doh.wa.gov/plain-talk-about-imms">www.doh.wa.gov/plain-talk-about-imms</a>

**Este documento fue originalmente cocreado y diseñado en 2012 por:**

- La Asociación de Salud Comunitaria de Washington
- El Departamento de Salud del Estado de Washington

**En colaboración con:**

Los promotores de la salud/trabajadores de la salud comunitaria

- El Centro de Salud Comunitario Sea Mar del condado de Skagit
- Las Clínicas de Family Health Centers del condado de Okanogan

Esta cuarta edición se ha actualizado en base a los comentarios de los trabajadores de la salud comunitaria de habla inglesa y española de todo el estado de Washington en 2025.