

# Vacunas

## Para personas con enfermedades crónicas



Las personas que padecen enfermedades crónicas, como la diabetes, el asma y la EPOC, pueden tener más dificultades para protegerse contra las enfermedades prevenibles. Cuando enferman, las personas con enfermedades crónicas corren un mayor riesgo de hospitalización y muerte. Algunas enfermedades prevenibles mediante vacunación pueden elevar el nivel de azúcar en sangre a niveles muy altos o provocar la inflamación de las vías respiratorias, lo que conduce a la neumonía.

Las vacunas son una forma segura, eficaz y fácil de protegerse contra enfermedades prevenibles y son especialmente importantes para las personas con enfermedades crónicas. Sin embargo, dependiendo de lo afectado que esté su sistema inmunológico, puede que necesite evitar ciertas vacunas o esperar hasta que su sistema inmunológico esté más fuerte.

Pregunte a su médico qué vacunas debe ponerse.

### ¿Qué vacunas necesito?

Hable con su proveedor de atención sanitaria para saber qué vacunas se recomiendan para usted y los miembros de su familia. He aquí algunas de las más comunes:

- ◆ **Vacuna contra la gripe:** Se recomienda que todas las personas a partir de los 6 meses reciban la vacuna antigripal actualizada. Si tiene 65 años o más, o entre 18 y 64 y ha recibido un trasplante de órgano y está tomando medicación inmunosupresora, pregunte a su proveedor sobre la vacuna antigripal de dosis más alta.
- ◆ **Vacuna contra el COVID-19:** Se recomienda que todas las personas a partir de los 6 meses reciban al menos 1 dosis de la vacuna contra el COVID-19 actualizada. Debe esperar al menos 2 meses desde la última dosis de cualquier vacuna COVID-19 antes de recibir una dosis de la vacuna contra el COVID-19 actualizada.
- ◆ **Vacuna contra la neumonía:** Protege contra varios tipos de bacterias neumocócicas que pueden causar infecciones graves en niños y adultos. Se recomienda la serie infantil de 4 dosis antes de los 5 años. Para niños mayores y adultos, tómela según las recomendaciones.
- ◆ **Vacuna contra el herpes zóster:** Esta vacuna de dos dosis protege contra el herpes zóster en adultos mayores, tomada con un intervalo de dos a seis meses para una máxima protección. Recomendada para adultos de 50 años o más, incluso si ha tenido varicela anteriormente. Consulte a su proveedor si ya ha recibido la vacuna Zoster de una dosis.



# Vacunas

## Para personas con enfermedades crónicas



- **Vacuna Tdap:** Una dosis de esta vacuna protege contra el tétanos, la difteria y la tos ferina. Puede necesitar un refuerzo cada 10 años.
- **Vacuna VRS:** para personas de 75 años o más, una dosis protege contra el virus respiratorio sincitial (VRS). Se recomienda que los adultos de 60 a 74 años y los adultos mayores con mayor riesgo de enfermedad grave por VRS reciban una dosis única de la vacuna contra el VRS. Consulte a su proveedor para obtener más información.
- **Vacuna contra la hepatitis B:** Es una serie de dos o tres dosis recomendada para todos, las personas de 60 años o más deben consultar con su proveedor sobre la aplicación de esta vacuna.

### ¿Cómo me vacuno?

- Acuda a su médico o a su farmacia. Pregunte a su médico si le recomiendan dosis adicionales.
- Si no tiene un proveedor, visite [publichealth.lacounty.gov/vaccines](https://publichealth.lacounty.gov/vaccines) para obtener una lista de clínicas de vacunación gratuitas y de bajo costo y más información sobre las vacunas. ¡Lo mejor de todo es que puede recibir la mayoría de las vacunas en la misma visita!



### Centro de llamadas de salud pública

Para más información, el Centro de Atención Telefónica de Salud Pública está abierto de 8 a.m. a 8 p.m. los siete días de la semana en **el 1-833-540-0473.**

