

# Vacunas

## Para personas con enfermedades crónicas



Las personas que padecen enfermedades crónicas, como diabetes, asma y EPOC, pueden tener más dificultades para protegerse contra enfermedades prevenibles. Cuando están enfermas, las personas con tienen 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 da lugar a neumonía.

Las vacunas son una forma segura, eficaz y fácil de protegerse contra enfermedades prevenibles. enfermedades y son especialmente importantes para las personas con enfermedades crónicas. Sin embargo, dependiendo de lo afectado que esté su sistema inmunitario, puede que tenga que evitar determinadas vacunas o esperar a que su sistema inmunitario 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. Aquí tienes algunas de las más comunes:

- **Vacuna contra la gripe:** Debe vacunarse todos los años, especialmente en otoño, para reducir el riesgo de contraer la gripe. Si tiene 65 años o más, pregunte a su proveedor sobre la vacuna antigripal de dosis más alta.
- **Vacuna COVID-19:** Esta vacuna se actualiza cada cierto tiempo para proteger contra las últimas cepas del virus. Se recomienda que todas las personas a partir de los 6 meses reciban por lo menos 1 dosis de la vacuna 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 lo indicado.
- **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 mayores de 50 años, incluso si ya ha tenido varicela. Consulte con su proveedor si ya recibió la vacuna de una dosis contra el Zoster.



# Vacunas

## Para personas con enfermedades crónicas



- **Vacuna Tdap:** Una dosis de esta vacuna protege contra tétanos, difteria y tos ferina. Puede necesitar una dosis de refuerzo cada 10 años.
- **Vacuna VRS:** Para mayores de 60 años, una dosis protege contra el virus respiratorio sincitial (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, los mayores de 60 años deben consultar con su proveedor acerca de recibir 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 proveedor, vaya a <http://publichealth.lacounty.gov/vaccines> para obtener una lista de clínicas de vacunación gratuitas y de bajo coste y más información sobre las vacunas.
- Lo mejor es que la mayoría de las vacunas se pueden poner en la misma visita.



### Centro de llamadas de salud pública

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

