

Inmunizaciones

Las vacunas y los adolescentes

Los años sociales y ocupados

Primera edición, 2011



The Children's Hospital of Philadelphia®



VACCINE EDUCATION CENTER

AMA
AMERICAN
MEDICAL
ASSOCIATION

The AMA logo graphic, featuring a stylized caduceus (a staff with two snakes) and the letters 'AMA'.



**Los adolescentes
tienen sus
propias
necesidades
de salud,**

Seguramente pensó que la vida jamás podría estar más atareada que cuando estaba cambiando pañales, organizando encuentros con otros niños y ayudando con las tareas, pero increíblemente así es. Con adolescentes en casa el nivel de “ocupado” sube al máximo. Los adolescentes tienen sus propios planes, fechas límite y obligaciones. También tienen sus propias necesidades de salud, incluyendo las inmunizaciones.

A medida que los niños pasan a la adolescencia, se vuelven cada vez más susceptibles al meningococo, una enfermedad que les puede quitar la vida en pocas horas. Pronto empezarán a explorar su sexualidad, y por lo tanto aumentará la probabilidad de exponerse a enfermedades de transmisión sexual, como el virus de papiloma humano. Además la inmunidad de algunas vacunas que recibieron como niños, como la pertusis (tos ferina), empieza a disminuir. Como padre o madre de familia, ¿cómo sabe qué necesitan y cuándo lo necesitan? ¿Vale la pena insistir en que le pongan una inyección y agregar una cita más al calendario? Y, más importante aún, ¿son seguras esas vacunas?

En este folleto hablaremos sobre qué vacunas se recomiendan, qué enfermedades previenen y si son seguras o no. También proporcionaremos información sobre cómo hacer que su hijo esté cómodo cuando recibe inmunizaciones y cómo buscar registros de vacunación para universidades y empleadores. Con una mejor comprensión de las necesidades especiales de los adolescentes, entenderá por qué su médico piensa que las vacunas son tan importantes.

incluyendo las inmunizaciones.



Índice

- 6 ¿Por qué necesitan vacunas los adolescentes?
- 8 ¿Qué vacunas necesitan los adolescentes?
- 10 Las vacunas recomendadas para los adolescentes
 - Vacuna meningocócica
 - Vacuna contra el virus del papiloma humano (VPH)
 - Vacuna triple contra el tétano, difteria y pertusis acelular (Tdap)
 - Vacuna contra la influenza
- 18 Cómo ponerse al día con las vacunas
 - Hepatitis A
 - Hepatitis B
 - Polio
 - Sarampión, paperas y rubeola (MMR)
 - Varicela
- 21 Vacunas para situaciones especiales
 - Vacunas para entornos de trabajo especiales
 - Vacunas para adolescentes con enfermedades crónicas
 - Vacunas para conductas de mayor riesgo
 - Vacunas antes de la exploración sexual
 - Vacunas para ir a campamentos de verano, la universidad o viajar al extranjero
- 23 Cómo consolar a su adolescente o joven adulto
- 24 Preguntas y preocupaciones comunes sobre las vacunas
- 27 Programa de vacunación
- 28 ¿Necesita comprobante de vacunación? Cómo encontrar sus registros de vacunación
- 30 Necesito más información: recursos para padres y adolescentes
 - Información sobre las vacunas
 - Información para viajeros
 - Grupos familiares
 - Recursos para adolescentes y jóvenes
 - Medios sociales
- 34 Registros de inmunización

¿Por qué necesitan vacunas los adolescentes?

Cuando llega a la adolescencia, el sistema inmunológico de un niño ha tenido contacto con muchos virus y bacterias, ya sea por enfermedades o infecciones, o por inmunizaciones. De cualquier manera, su sistema inmunológico está equipado para reconocer estas exposiciones frecuentes por medio de su memoria inmunológica.

La memoria inmunológica se mantiene en células conocidas como células de memoria T y B. Las células de memoria T desencadenan una cascada de reacciones inmunológicas que aceleran la respuesta a una infección, y las células de memoria B fabrican anticuerpos para combatir infecciones específicas. Cuando trabajan en conjunto, estas respuestas previenen la infección por completo o alteran su curso, resultando en una enfermedad menos grave o que dura menos tiempo.

Los adolescentes y jóvenes invencibles

Desafortunadamente (y al contrario de lo que piensan ellos!) los adolescentes no son invencibles. Sus sistemas inmunológicos no están preparados para combatir cualquier infección. De hecho, los adolescentes son particularmente susceptibles a ciertas infecciones. Los motivos:

- Inmunidad disminuida – A pesar de haber recibido las vacunas contra la difteria, tétano y pertusis como niños pequeños, los jóvenes (y adultos) vuelven a ser susceptibles. A diferencia de la mayoría de las enfermedades, la protección proporcionada por estas vacunas no dura toda la vida.
- Sin exposición previa – Si bien la mayoría de las enfermedades que se pueden prevenir con una vacuna se transmiten por medio de una tos, estornudo u objetos compartidos, algunas, como el virus del papiloma humano (VPH), sólo se transmiten por contacto íntimo. Las vacunas funcionan mejor cuando se aplican antes de la primera exposición al virus, para que exista la inmunidad antes del contacto con el virus.



- Hábitos sociales – Los adolescentes son sociales por naturaleza. Desafortunadamente, las nuevas experiencias que buscan – el campamento de verano, las residencias estudiantiles en la universidad y los clubes nocturnos – son a menudo las mismas experiencias que aumentan su riesgo de tener una infección con una bacteria como el meningococo.



- Virus cambiantes – Al igual que los niños mayores de 6 meses y la mayoría de los adultos, los adolescentes deberían vacunarse contra la gripe todos los años. Debido a que los virus cambian tan rápido entre temporadas, es posible que la vacuna del año anterior no le dé inmunidad.

Soltarlos en el mundo

Como padres de familia, queremos preparar a nuestros hijos para cualquier cosa que puedan enfrentar cuando no estamos con ellos. Les damos nuestros valores y hablamos sobre cómo tomar buenas decisiones. Les enseñamos a cruzar la calle sin peligro y a usar cascos cuando andan bicicleta y cinturones de seguridad en el carro. Vigilamos las amistades que eligen, sus calificaciones en la escuela y sus hábitos de comer. Las vacunas proporcionan una oportunidad más para protegerlos.

Si bien todas las vacunas están diseñadas para brindar protección sin causar enfermedades, se emplean distintas técnicas para fabricar vacunas contra distintos tipos de bacteria y virus:

- Usan parte del virus o bacteria – Las vacunas contra el VPH y la meningocócica se fabrican así. La vacuna meningocócica está enlazada con otra proteína que ayuda a que la respuesta inmunológica sea más fuerte.
- Usan las toxinas producidas por la bacteria – Las bacterias que causan la difteria, el tétano y la tos ferina producen toxinas que causan enfermedades. Por lo tanto, para ofrecer protección, las vacunas contienen formas inactivadas de las toxinas, que se conocen como toxoides.
- Usan el virus entero y muerto – La vacuna contra la influenza emplea este método.
- Usan el virus vivo y debilitado – La versión intranasal de la vacuna contra la influenza emplea este método.

¿Qué vacunas necesitan los adolescentes?

Alrededor del año 2005, aparecieron varias vacunas nuevas que resultó en que los niños mayores se vacunaran con más frecuencia:

- **Meningococo:** La vacuna meningocócica se recomienda para todos los niños de 11 y 12 años de edad.

Nuevos datos sugieren que la inmunidad con la nueva versión de la vacuna meningocócica no dura tanto tiempo como se esperaba; por lo tanto, los adolescentes que recibieron la vacuna entre los 11 y 12 años deben recibir una segunda dosis entre los 16 y 18 años de edad. Los niños de 13 a 15 años de edad que reciben la vacuna también necesitan una dosis de refuerzo entre los 16 y 18 años de edad, y los adolescentes entre los 16 y 18 años de edad que nunca recibieron la vacuna antes deberían recibir una dosis.

- **Tdap:** La vacuna contra el tétano y difteria existente (Td), que se recomienda cada 10 años, fue modificada para incluir un componente de pertusis o tos ferina (Tdap) que protegerá a los adolescentes y adultos contra tres enfermedades en lugar de sólo dos. Este cambio fue importante no sólo para los que reciben la vacuna, que podrían sufrir meses de ataques de tos y fracturas de costillas a causa de la tos ferina, sino también para los bebés todavía muy pequeños para recibir la vacuna y su protección del sufrimiento y la muerte causada por la pertusis.

Los adolescentes entre los 11 y 12 años de edad deberían recibir una sola dosis de la vacuna Tdap. Los adolescentes entre los 13 y 18 años de edad que nunca recibieron la vacuna también deberían recibir una dosis.

No se recomendó que los niños mayores ni los adultos reciban la versión de la vacuna para bebés, conocida como DTaP, porque 2 ó 3 de cada 100 personas que recibieron esa vacuna tuvieron inflamación significativa en el brazo o la pierna en el sitio de la inyección. La versión más nueva contiene cantidades de difteria y pertusis que hacen que este efecto secundario sea mucho menos probable. Las letras “d” y “p” en minúscula significan de la vacuna Tdap que contiene una menor cantidad en la formulación.

- **Virus del papiloma humano:** Una vacuna contra el VPH se autorizó en 2006. El VPH es la enfermedad de transmisión sexual más común en los Estados Unidos y en el mundo. El VPH es una causa conocida de los cánceres de cuello de útero y anal, y de verrugas genitales y de vez en cuando de cáncer de la cabeza y el cuello. Como la vacuna solo funciona *antes* de que alguien se infecte, y porque ya se recomienda que los niños de 11 a 12 años de edad reciban otras vacunas, también se recomienda la vacuna contra el VPH a esta edad.

La vacuna contra el VPH requiere tres dosis. La segunda dosis se da 1 a 2 meses después de la primera. La tercera dosis se da 6 meses después de la primera.

Los niños pueden recibir esta vacuna tan pronto como a los 9 años de edad, y los adultos hasta los 26 años de edad.

- **Influenza:** Las recomendaciones se han expandido gradualmente para incluir a más personas que deberían recibir la vacuna contra la influenza todos los años. En 2009 se recomendaba que los niños entre 6 meses y 18 años de edad reciban la vacuna contra la influenza, y en 2010 se amplió la recomendación para incluir todas las personas mayores de 6 meses de edad.

- Un muy buen momento para ponerse al día con las vacunas es al entrar en la escuela media, la escuela preparatoria o la universidad. Verifique que su hijo tenga inmunidad a la hepatitis A, hepatitis B, polio, sarampión, paperas, rubeola y varicela.

La vacuna contra el VPH originalmente se recomendaba solamente para las niñas, pero ahora los estudios han determinado que también es seguro y efectivo en los niños. La vacuna protege a los niños de las verrugas genitales y de algunos cánceres. Además, se disminuirá la transmisión del virus entre compañeros sexuales.



Las vacunas recomendadas para los adolescentes

Vacuna meningocócica

¿Qué es el meningococo?

El meningococo es una bacteria que vive en el revestimiento de la nariz y garganta en 1 de cada 10 personas. La mayoría de la gente no tiene ningún síntoma de infección.

¿Cuánto riesgo corre mi hijo de tener meningococo?

Antes de la vacuna meningocócica actual, aproximadamente 2,500 personas por año se enfermaban meningococo en los Estados Unidos, y alrededor de 120 morían debido a la infección. Aproximadamente 400 personas de las que sobrevivían quedaron con discapacidades permanentes, como convulsiones, pérdida de extremidades, enfermedad de los riñones, sordera y retraso mental.

Las personas que recientemente tuvieron una alteración en el revestimiento de la garganta, y aquellas que entran en contacto cercano con un grupo grande de gente corren un mayor riesgo de tener una infección de meningococo. Varios grupos entran en estas categorías, incluyendo las personas que tuvieron recientemente una infección en la nariz, garganta o pulmones; estudiantes de primer año de la universidad que viven en residencias estudiantiles; reclutas militares viviendo en cuarteles; personas expuestas al humo de tabaco o estufas a leña; personas que frecuentan bares o clubes nocturnos y personas que comparten vasos o cigarrillos.

Si bien los niños menores de 2 años de edad tienen mayor probabilidad de contraer el meningococo, los adolescentes tienen una mayor probabilidad de morir de la enfermedad.

¿Cómo se contagia el meningococo?

La bacteria meningocócica se pasa de persona a persona por medio de una tos o estornudo.

¿Qué es la vacuna meningocócica?

La vacuna meningocócica se fabrica usando azúcares purificadas de proteínas que recubren la bacteria, y de cuatro de los cinco tipos distintos de meningococo. La vacuna también usa una proteína inocua que no forma parte del meningococo, pero que ayuda a mejorar la inmunidad a los azúcares meningocócicas en la vacuna. Debido a que la proteína está enlazada con los azúcares, se llama la vacuna meningocócica conjugada.

¿La vacuna meningocócica previene todos los casos de meningitis?

No. La meningitis se refiere a una infección del revestimiento del cerebro y médula espinal. No obstante, las bacterias meningocócicas no son la única causa de meningitis, así que si bien la prevención de infecciones meningocócicas reducirá la cantidad de casos de meningitis, no prevendrá todos los casos. Si bien algunas causas de meningitis se previenen con vacunas que se dan en la infancia, como la *Haemophilus influenzae* tipo B y el neumococo, otras causas no se pueden prevenir con una vacuna.

Además, la vacuna meningocócica existente no protege contra todos los tipos de bacteria meningocócica.



¿Es segura la vacuna meningocócica?

Sí, la vacuna meningocócica es segura:

- Algunos adolescentes pueden tener efectos secundarios leves, como dolor o enrojecimiento en el lugar de la inyección, así como también fiebre, dolor de cabeza o cansancio.
- Ya que algunos adolescentes tienen tendencia a desmayarse después de recibir vacunas, deben mantenerse sentados o acostados en el consultorio del doctor durante alrededor de quince minutos después de recibir una vacuna.
- Algunas personas han cuestionado si la vacuna meningocócica causa el Síndrome de Guillain-Barré (GBS), una enfermedad que incluye debilidad muscular, sensación de ardor o cosquilleo de las extremidades, pérdida del tono muscular y parálisis. Estudios han demostrado que la vacuna meningocócica no causa el GBS.

¿Los beneficios de la vacuna meningocócica superan sus riesgos?

Todos los años, personas en los Estados Unidos quedan gravemente debilitadas o mueren de infecciones de bacterias meningocócicas. Como la vacuna no causa reacciones severas, los beneficios claramente superan los riesgos.



Vacuna contra el virus del papiloma humano (VPH)

¿Qué es el virus del papiloma humano?

El virus del papiloma humano (VPH) infecta el área genital y el revestimiento del cuello del útero. Hay muchos tipos de VPH, y si bien la mayoría de la gente ni se da cuenta que fueron infectados, en algunos casos las infecciones duran mucho tiempo. Algunos tipos de VPH causan verrugas genitales, y otros tipos causan cánceres del cuello del útero, cabeza, cuello, ano, vagina, vulva y pene. A menudo los cánceres no aparecen hasta 20 a 25 años después de la infección.

¿Cuánto riesgo corre mi hijo de tener VPH?

Antes de la vacuna contra el VPH, había 6 millones de infecciones nuevas de VPH por año en los Estados Unidos. Alrededor de la mitad de estas infecciones ocurría en niñas y mujeres jóvenes entre los 15 y 24 años de edad. Como 40 de cada 100 niñas se infectan con VPH en los primeros dos años de actividad sexual, es importante recibir la vacuna contra el VPH antes del inicio de la exploración sexual.

Alrededor de 20 millones de personas en los Estados Unidos ya están infectadas. Todos los años se diagnostican a alrededor 10,000 mujeres con cáncer del cuello del útero, y alrededor de 4,000 mueren.

¿Cómo se contagia el VPH?

El VPH es transmitido por contacto genital, en mayor parte, pero no exclusivamente, durante las relaciones sexuales. Si bien los condones ayudan a prevenir el contagio, no ofrecen una protección total.

Como 40 de cada 100 niñas se infectan con VPH en los primeros dos años de actividad sexual, es importante recibir la vacuna contra el VPH antes del inicio de la exploración sexual.

¿Qué es la vacuna contra el VPH?

La vacuna contra el VPH se fabrica usando una proteína de la superficie del VPH. Hay dos vacunas contra el VPH disponibles; ambas contienen la proteína de los dos tipos de VPH que más comúnmente causan cáncer del cuello del útero, y una contiene proteínas de dos tipos adicionales de VPH que comúnmente causan verrugas genitales. Las niñas pueden recibir cualquiera de las versiones; no obstante, sólo se recomienda que los varones se den la vacuna que protege contra cuatro tipos de VPH.

Debido a que la exposición inicial al VPH típicamente no incluye los cuatro tipos que se encuentran en la vacuna, los jóvenes que ya iniciaron la exploración sexual pueden beneficiarse de recibir esta vacuna de todas maneras.

¿Funciona la vacuna contra el VPH?

Como el VPH típicamente no causa cáncer del cuello del útero hasta decenas de años después de la infección, muchas personas quieren saber cómo saben los científicos que funciona la vacuna. De hecho, la respuesta se puede encontrar en lo que se ve al examinar las células del cuello del útero bajo un microscopio después de una prueba de Papanicolaou. Cuando las mujeres tienen infecciones de VPH y la infección no desaparece rápidamente, las células del cuello del útero empiezan a desarrollar cambios precancerosos y después cancerosos, lo que se llama neoplasia cervical intraepitelial (CIN). Se ha demostrado que la vacuna contra el VPH previene la CIN, un paso necesario en el desarrollo del cáncer.

¿Es segura la vacuna contra el VPH?

Sí. Los efectos secundarios después de recibir la vacuna contra el VPH pueden incluir dolor, inflamación o enrojecimiento en el lugar de la inyección. Algunos adolescentes se desmayan después de recibir la vacuna.

Algunas personas han culpado a la vacuna contra el VPH por coágulos de sangre, accidentes cerebrovasculares, ataques al corazón, síndrome de fatiga crónica e incluso muertes. No obstante, los estudios han demostrado que la vacuna no causó ninguna de estas afecciones.

¿Las niñas y mujeres que se vacunan contra el VPH igualmente se tienen que hacer pruebas de Papanicolaou?

Sí. Como la vacuna contra el VPH no protege contra todos los tipos de VPH que causan cáncer del cuello del útero, las mujeres igualmente se pueden infectar y desarrollar esta enfermedad más adelante, así que deben seguir usando esta medida preventiva importante.

¿Las personas que se vacunan contra el VPH igualmente se deben preocupar por las enfermedades de transmisión sexual?

Sí. La vacuna contra el VPH no protege contra todos los tipos de VPH, ni tampoco previene otros tipos de infecciones de transmisión sexual como la sífilis, la gonorrea, la clamidia y el herpes.

¿Los beneficios de la vacuna contra el VPH superan los riesgos de la misma?

Todos los años se infectan miles de personas con VPH, y algunas de ellas morirán de sus infecciones. Como la vacuna no causa reacciones graves, los beneficios claramente superan los riesgos.

Vacuna triple contra el tétano, difteria y pertusis acelular (Tdap)

Tétano

¿Qué es el tétano?

El tétano es una bacteria que típicamente infecta a adultos mayores. El tétano produce una toxina que causa espasmos musculares severos y dolorosos, incluyendo en los músculos de la mandíbula. Por ese motivo en inglés a veces se refiere al tétano como “lockjaw”, o mandíbula trabada. Los espasmos musculares de la garganta pueden bloquear la tráquea y causar muerte instantánea por sofocación. La toxina del tétano también puede causar daño grave y permanente en el corazón. Alrededor de tres de cada 10 personas que contraen tétano mueren de la enfermedad.

¿Cuánto riesgo corre mi hijo de tener tétano?

Todos los años, alrededor de 40 personas en los Estados Unidos contraen tétano y varios de ellos mueren.

¿Cómo se contrae el tétano?

Las bacterias del tétano viven en la tierra y pueden entrar en la piel después de una cortada o herida punzante. Debido a que la bacteria del tétano estará presente siempre en la tierra, el riesgo de infectarse nunca terminará. Además, debido a que la enfermedad no se pasa de persona en persona, no importa cuántas personas en la comunidad se inmunizan, el riesgo de que un individuo se infecte seguirá siendo el mismo.

Difteria

¿Qué es la difteria?

La difteria es causada por una bacteria que típicamente infecta a los niños y adolescentes. No obstante, hubo brotes recientes en otros países, principalmente en adultos, debido a la disminución de inmunidad.

La bacteria de la difteria causa un recubrimiento grueso en la parte de atrás de la garganta que dificulta el tragar y respirar. Además, las bacterias producen una proteína dañina, llamada toxina, que puede invadir el corazón, los riñones y el sistema nervioso.

¿Cuánto riesgo corre mi hijo de tener difteria?

Alrededor de 2 a 5 personas en los Estados Unidos contraen difteria todos los años.

¿Cómo se contagia la difteria?

La difteria es muy contagiosa y se transmite al toser y estornudar.

Pertusis

¿Qué es la pertusis?

La pertusis es un tipo de bacteria que infecta a personas de todas las edades. La bacteria produce varias toxinas que producen una mucosa gruesa y pegajosa que bloquea la tráquea y causa espasmos de tos dolorosos. Cuando una persona inhala y tiene la tráquea estrecha, produce un sonido ululante, y es de ahí que proviene el nombre en inglés (“whooping cough”). En bebés pequeños, esta lucha por respirar puede ser mortal. En adultos, los espasmos de tos pueden causar fracturas de costillas, convulsiones y hernias. La pertusis también puede causar neumonía, convulsiones y daño cerebral permanente.

¿Cuánto riesgo corre mi hijo de tener pertusis?

La pertusis es bastante común, pero a menudo no se diagnostica. Se estima que ocurren alrededor de 800,000 casos por año en los Estados Unidos, y entre 15 y 20 muertes.

¿Cómo se contagia la pertusis?

La pertusis se transmite al toser y por contacto directo con las secreciones respiratorias.

Vacuna Tdap

¿Qué es la vacuna Tdap?

La vacuna Tdap protege contra tres bacterias distintas. La vacuna se fabrica con las toxinas producidas por cada bacteria, al inactivarlas con un producto químico. Después se limpia el producto químico, dejando las toxinas purificadas e inactivadas (llamadas toxoides).

La vacuna Tdap es diferente que la vacuna Td porque incluye el componente de pertusis. La vacuna Tdap es diferente que la vacuna DTaP que se da a bebés y niños pequeños porque contiene menores cantidades de las vacunas de difteria y pertusis.

¿La vacuna Tdap previene la pertusis?

Sí. En los estudios médicos, se demostró que la vacuna Tdap previene la pertusis en 9 de cada 10 personas.

¿Es segura la vacuna Tdap?

Una pequeña cantidad de personas que reciben la vacuna Tdap tendrán dolor, enrojecimiento o hinchazón en el lugar de inyección, así como una fiebre leve, dolor de cabeza, cansancio o molestia del estómago. Con menos frecuencia, y en particular en adultos, ocurre una reacción local exagerada que puede incluir hinchazón desde el hombro hasta el codo.

¿Los beneficios de la vacuna Tdap superan los riesgos de la misma?

Todos los años en los Estados Unidos, personas se infectan con estas tres enfermedades, y algunas mueren a causa de las mismas. Si bien a veces ocurren efectos secundarios, estas reacciones no resultan en lesiones permanentes o muerte, así que los beneficios de la vacuna superan los riesgos.



Vacuna contra la influenza

¿Qué es la influenza?

La influenza es un virus que infecta el sistema respiratorio, atacando el revestimiento de la nariz, tráquea, grandes tubos respiratorios, pequeños tubos respiratorios y pulmones.

¿Cuánto riesgo corre mi hijo de tener influenza?

Todos los años en los Estados Unidos se hospitaliza a aproximadamente 200,000 personas y de miles a decenas de miles mueren de influenza. Desafortunadamente, algunas de las personas que resultan hospitalizadas y mueren son niños y adolescentes previamente sanos.

¿Cómo se contagia la influenza?

La influenza se transmite al toser y estornudar, así como por contacto directo con las secreciones respiratorias infectadas.



¿Qué es la vacuna contra la influenza?

Hay dos vacunas distintas contra la influenza:

- La vacuna inactivada contra la influenza se fabrica cultivando los virus de la influenza en huevos, purificándolos e inactivándolos con productos químicos para que no puedan causar enfermedades.
- La vacuna viva y debilitada contra la influenza (FluMist®) se fabrica para que no pueda crecer en los pulmones. No obstante, como los virus de influenza debilitados pueden crecer en el revestimiento de la nariz, causan una respuesta inmunológica de protección excelente. FluMist también se fabrica cultivando los virus en huevos. Esta vacuna se da como rocío nasal.

Ambas vacunas se vuelven a fabricar todos los años para que contengan las tres variedades distintas de virus de influenza que se esperan causar en la enfermedad ese año.

¿Funciona la vacuna contra la influenza?

Sí. Debido a que las variedades de influenza en la vacuna están basadas en las que están circulando en otras partes del mundo, en algunos años la vacuna coincide mejor (y es más efectiva) que otras. No obstante, la vacuna contra la influenza típicamente previene el desarrollo de una infección severa de gripe en alrededor de 70 a 85 de cada 100 personas que se la dan.

¿Es segura la vacuna contra la influenza?

Las personas que se vacunan contra la influenza pueden tener dolor, enrojecimiento e hinchazón en el lugar de inyección. La vacuna en forma de rocío nasal puede causar tos, goteo nasal, congestión o dolor de garganta en una pequeña cantidad de personas que se la dan. En casos raros, las personas tienen una reacción alérgica como urticaria, probablemente causado por las proteínas de huevo contenidas en la vacuna.

Si bien la vacuna contra la influenza se fabrica en huevos y algunas personas tienen una alergia grave a los huevos, la cantidad de proteína de huevo en la vacuna no es suficiente para causar una reacción alérgica grave. Pero para estar seguro, las personas con alergias graves a los huevos deben permanecer en la oficina del proveedor médico por 30 minutos después de recibir la vacuna contra la influenza.

¿Los beneficios de la vacuna contra la influenza superan los riesgos?

El virus de la influenza mata de miles a decenas de miles de personas todos los años, algunos de los cuales eran sanos antes de contraer influenza. Además, se hospitaliza a alrededor de 200,000 personas todos los años con fiebre, crup, bronquitis, bronquiolitis o neumonía causados por la gripe. Como la vacuna no causa reacciones graves, los beneficios claramente superan los riesgos.

Como otros virus causan enfermedades respiratorias y resfriados, es importante recordar que la vacuna contra la influenza sólo protegerá contra los virus de influenza.

Cómo ponerse al día con las vacunas

Hepatitis A

La hepatitis A es un virus que infecta el hígado. Si bien la mayoría de personas que la contraen no tiene ningún síntoma, para algunas personas la infección con hepatitis A causa pérdida de apetito, vómitos, náuseas, cansancio e ictericia (color amarillo de los ojos y la piel). En casos raros, la hepatitis A causa una infección abrumadora del hígado que resulta en la muerte. Este virus se puede transmitir de una persona a otra o por comida o agua contaminada.

La vacuna contra la hepatitis A se fabrica al purificar el virus de hepatitis A e inactivándolo con un producto químico. La vacuna, que ahora se recomienda para todos los niños cuando cumplen un año de edad, se da como inyección en dos dosis separadas por seis meses.

Los efectos secundarios son menores y pueden incluir dolor de cabeza o dolor, calor o hinchazón en el lugar de la inyección.

Hepatitis B

La hepatitis B es un virus que infecta el hígado. Muchas personas que contraen hepatitis B no saben que lo tienen, pero algunas tienen infecciones silenciosas a largo plazo que resultan en cirrosis o cáncer del hígado. Los síntomas de la infección con hepatitis B incluyen pérdida de apetito, vómitos, náuseas, cansancio e ictericia. La hepatitis B puede transmitirse por medio de contacto sexual, de madres infectadas a sus bebés durante el parto, y al compartir cosas que pueden contener pequeñas cantidades de sangre o saliva, como cepillos de dientes, navajas de afeitarse o cortaúñas.

La vacuna contra la hepatitis B se fabrica del recubrimiento de proteína que rodea el virus, llamado la proteína de superficie de la hepatitis B. La vacuna se da como inyección en dos o tres dosis. Debido a que se recomendó poner la vacuna al nacer a partir de 1992, muchos adolescentes ya la han recibido; no obstante, aquellos que no la recibieron deben ponerse al día. En la mayoría de los casos, se necesitan tres dosis de la vacuna contra la hepatitis B, y la segunda dosis se da 1 a 2 meses después de la primera, y la tercera dosis 4 meses después de la primera. Algunos niños entre los 11 y 15 años de edad pueden recibir una versión de dos dosis en la que la segunda dosis se da 4 a 6 meses después de la primera.

Los efectos secundarios típicamente son menores e incluyen dolor, enrojecimiento y sensibilidad en el lugar de inyección, fiebre, dolor de cabeza, cansancio e irritabilidad. Rara vez, las personas que reciben la vacuna tienen una reacción alérgica severa con urticaria, sarpullido o una caída de la presión sanguínea. Este tipo de reacción sólo ocurre en 1 de cada millón de personas que reciben la vacuna, y en general dentro de los primeros 30 minutos después de recibirla.

Polio

La mayoría de los adolescentes han recibido la vacuna contra el polio, pero si no han recibido todas las dosis recomendadas, necesitan ponerse al día. El polio es causado por un virus que en la mayoría de los casos causa una leve infección intestinal. No obstante, en alrededor de 1 caso de cada 200, el virus también afecta el cerebro y médula espinal, resultando en parálisis.

El polio se transmite cuando se pone comida, manos u objetos contaminados en la boca; es bastante contagioso.

La vacuna contra el polio se fabrica con los tres tipos de polio distintos que infectan a las personas. Estos virus se purifican y se inactivan con un producto químico para que no puedan causar enfermedad. La vacuna se da como inyección. Los adolescentes que no han recibido la vacuna anteriormente necesitan tres dosis. Los que recibieron algunas dosis previamente pueden necesitar menos dosis.

La vacuna puede causar dolor, enrojecimiento o sensibilidad en el lugar de la inyección.

Sarampión, paperas y rubeola (MMR)

El sarampión, las paperas y la rubeola son tres virus que causan enfermedades distintas. El sarampión es extremadamente contagioso y se puede transmitir por medio de partículas virales que permanecen en el aire por hasta dos horas después de que se va una persona infectada. Tanto las paperas como la rubeola se transmiten por medio de secreciones respiratorias, como por ejemplo al toser y estornudar. Las tres infecciones son extremadamente peligrosas

para mujeres embarazadas; por lo tanto es importante que las mujeres se vacunen antes de decidir empezar a tener hijos.

Las vacunas contra el sarampión, las paperas y la rubeola se fabrican con virus vivos pero debilitados, que ya no pueden causar enfermedades. Los virus de las vacunas se combinan en la vacuna MMR. La vacuna MMR se da como inyección y se requieren dos dosis. En los adolescentes las dosis se separan por 4 semanas. Como algunos niños de esta edad ya recibieron una dosis en una edad menor, es posible que sólo requieran una sola segunda dosis.

La vacuna MMR puede causar efectos secundarios leves, como dolor, enrojecimiento o sensibilidad en el lugar de la inyección así como fiebre o sarpullido en algunas personas. Alrededor de 1 de cada 24,000 personas que reciben la vacuna puede tener una disminución temporal en plaquetas, que son células en el torrente sanguíneo que ayudan a coagular la sangre. Una pequeña cantidad de personas que recibe la vacuna, en mayor parte las niñas adolescentes y mujeres adultas, también pueden experimentar artritis temporal o inflamación de las articulaciones.



Varicela

La varicela es un virus que causa fiebre y alrededor de entre 300 a 500 ampollas en todo el cuerpo. En casos severos el virus también puede causar neumonía, encefalitis (inflamación del cerebro) o infecciones de la piel de bacterias que “comen la piel”. Los adolescentes y adultos tienden a experimentar más complicaciones. Las infecciones durante el embarazo pueden resultar en defectos de nacimiento o abortos espontáneos y muerte fetal. La varicela se transmite al toser y estornudar, y es bastante contagiosa.

La vacuna contra la varicela se fabrica con una forma viva y debilitada del virus. La vacuna se da como inyección en dos dosis. Como la recomendación de una segunda dosis es relativamente nueva, algunos adolescentes sólo habrán recibido una dosis como niños pequeños, y por lo tanto requerirán una dosis adicional.

La vacuna causa dolor, enrojecimiento o sensibilidad en el lugar de la inyección, y una pequeña cantidad de personas desarrollarán algunas ampollas.



Vacunas para situaciones especiales

A medida que los adolescentes tienen nuevas oportunidades y se transforman en adultos jóvenes, los nuevos encuentros pueden presentar riesgos de salud.

Vacunas para entornos de trabajo especiales

Si su hijo está empleado en un entorno de atención de la salud o en una posición en la que puede entrar en contacto con sangre, es importante que esté al día con todas sus vacunas, en particular las que previenen las enfermedades transmitidas por sangre o líquidos corporales de una persona infectada, como la hepatitis B.

Si su hijo está empleado en un entorno en el cual tiene contacto con grandes grupos de gente, debería estar al día con las vacunas que previenen las enfermedades altamente contagiosas, como la pertusis, el sarampión, la influenza y la varicela.

Si su hijo está empleado en un entorno al aire libre, como un trabajo de jardinería, agricultura o paisajismo, debería haber recibido recientemente una vacuna de tétano, ya que las bacterias de tétano viven en la tierra y pueden causar infecciones después de entrar en el cuerpo por medio de una herida.

Vacunas para adolescentes con enfermedades crónicas

Desafortunadamente, aun los jóvenes a veces son diagnosticados con enfermedades que debilitan sus sistemas inmunológicos o les requiere tomar medicamentos que los hacen más susceptibles a enfermedades que se pueden prevenir con vacunas.

Por ejemplo, las personas con asma son más susceptibles a enfermedades que infectan los pulmones, como la influenza y el neumococo.

Si su hijo está recibiendo tratamiento para alguna enfermedad como la diabetes, asma, enfermedad crónica pulmonar, enfermedad de los riñones, enfermedad del corazón, enfermedad de células falciformes, cáncer o enfermedades inmunológicas como VIH o SIDA, debe consultar con su profesional de la salud para determinar si su hijo necesita alguna vacuna, y si hay vacunas que no debe recibir durante su tratamiento. Por ejemplo, algunas personas tratadas con esteroides no deben recibir vacunas con virus vivo y debilitado, como la varicela o MMR.

Vacunas para conductas de mayor riesgo

Como los adolescentes a menudo se creen invencibles, no siempre se cuidan bien. Cuando se cansan y dejan de comer una dieta balanceada, pueden ser más susceptibles a ciertas enfermedades. Además, las actividades como el fumar, compartir bebidas, hacerse tatuajes o perforaciones en el cuerpo, compartir artículos de cuidado personal (como por ejemplo cepillos de dientes, navajas de afeitar o cortaúñas), o compartir cosas para consumir drogas ilegales pueden aumentar la probabilidad de que los adultos jóvenes se contagien enfermedades prevenibles con vacunas, como el neumococo, meningococo y hepatitis B.

Vacunas antes de la exploración sexual

Si bien a los padres no les gusta pensar en la exploración sexual de sus hijos adolescentes, la realidad es que eventualmente tendrán encuentros sexuales. Los padres pueden asegurarse que sus hijos están protegidos de ciertas situaciones vacunándolos antes de que empiecen a tener estos encuentros:

- Las niñas deben haber recibido vacunas contra la rubeola (la “R” en MMR) y contra la varicela antes de quedar embarazadas, porque si se infectan con estas enfermedades durante el embarazo, los bebés no nacidos pueden sufrir lesiones o morir.
- Si un adolescente está embarazada durante la temporada de influenza, se debe dar la vacuna contra la influenza porque estará más susceptible a complicaciones si se infecta.
- Tanto los niños como las niñas deberían recibir vacunas contra el virus del papiloma humano (VPH) y contra la hepatitis B. El virus del papiloma humano y la hepatitis B se pueden transmitir por medio de contacto sexual.

Vacunas para ir a campamentos de verano, la universidad o viajar al extranjero

Cuando sus hijos empiezan aventuras que los llevan lejos de casa, es posible que tengan contacto con virus y bacterias a los que anteriormente no habían estado expuestos. Por ejemplo, como las bacterias meningocócicas viven sin causar daño en las narices y gargantas de alrededor de 1 a cada 10 personas, cuando comparte una vivienda con otras personas, su hijo puede estar expuesto a un tipo de la bacteria al que es susceptible.

Si su hijo tiene la oportunidad de viajar al extranjero, es posible que tenga que vacunarse o tomar medicamentos adicionales. La mejor manera de determinar qué vacunas necesita es llevando a su hijo a una clínica de salud para viajar algunos meses antes del viaje. Los factores como adónde va, dónde se quedará, y en qué actividades participará determinarán sus necesidades de salud. Puede obtener más información sobre recursos de viaje, incluyendo cómo encontrar una clínica de salud para viajar cercana, en la sección de recursos de este folleto (página 30).



Los estudios han demostrado que los estudiantes en primer año de la universidad que viven en residencias estudiantiles tienen cinco veces más probabilidades de contraer una infección meningocócica, en comparación con sus pares que no viven en la universidad.

Cómo consolar a su adolescente o joven adulto

De la misma manera que puede haber sido difícil ver a su bebé o niño pequeño recibir vacunas, puede ser peor llevar a su niño más grande o adolescente si tienen miedo de las agujas. Ya no los puede sentar en su falda y tranquilizarlos, incluso llegar a la cita puede ser difícil. No obstante, he aquí algunas cosas que puede intentar:

Para usted:

- Al igual que con otros temas, si su hijo ve que las vacunas son importantes para usted, las aceptará más fácilmente. Antes de la cita, hable sobre las vacunas con su hijo, conteste sus preguntas y asegúrele que todo va a estar bien.
- Lleve el registro de inmunización a la cita, lea los materiales provistos por el personal del consultorio, haga preguntas y averigüe sobre el uso de medicamentos para el dolor después de la cita.
- Después de la cita, déle a su hijo muchos líquidos; tenga en cuenta que el apetito de su hijo puede disminuir en las próximas 24 horas; aplique un paño mojado y frío en el lugar de la inyección si hay enrojecimiento o hinchazón; pídale a su hijo que se bañe en tina o regadera con agua fría para bajar la fiebre; déle medicamentos para el dolor de la manera indicada por su médico; y llame a la oficina si ocurre una reacción inusual.

Para su hijo:

- Lleve algo o a alguien a la cita, para que sea una distracción. Hablar con un padre, hermano o amigo, escuchar música, enviar mensajes de texto o jugar juegos en un teléfono celular, o leer un libro pueden distraer a su hijo de la(s) vacuna(s) inminente(s).
- Dígale a su hijo que trate de relajar los músculos y no mirar cuando le dan la vacuna. También le ayudará respirar rápida y profundamente algunas veces y que respire lenta y profundamente durante el procedimiento.
- Como la sensación de frío en general sobrepasa la de dolor, pida una gaza con alcohol y haga que su hijo se la frote en la muñeca, y que sople en el lugar mientras le dan la vacuna.
- Finalmente, hágale recordar a su hijo que el dolor de una aguja no es nada comparado con las enfermedades que previenen las vacunas.

Los adolescentes tienen que estar cómodos con darse vacunas sin necesidad de restricciones físicas.

Preguntas y preocupaciones comunes sobre las vacunas

¿Las vacunas son seguras?

Para contestar mejor esta pregunta, primero debemos definir lo que queremos decir por “seguras”. Si queremos decir que “seguro” es igual a completamente libre de riesgos, entonces las vacunas no son 100% seguras. Como todos los medicamentos, las vacunas tienen efectos secundarios leves, como por ejemplo dolor, sensibilidad o enrojecimiento en el lugar de la inyección. Y algunas vacunas tienen efectos secundarios muy poco comunes pero más graves.

Pero nada es totalmente inocuo. Cualquier cosa que introducimos en nuestros cuerpos (como por ejemplo vitaminas o antibióticos) puede tener efectos secundarios. Incluso las actividades más de rutina pueden ser asociadas con peligros escondidos. Por ejemplo, considere los cinturones de seguridad. Es posible que el cinturón de seguridad de un carro pueda causar una lesión leve en un accidente, como por ejemplo un moretón. Pero si mide el riesgo de usar un cinturón de seguridad contra el riesgo de no usar uno, la decisión de usar un cinturón de seguridad es fácil. Similarmente, para cada una de las vacunas recomendadas, los beneficios superan los riesgos.

¿Todavía necesitamos vacunas?

Sí. Las vacunas se siguen administrando por tres motivos:

- Para enfermedades comunes (como la varicela o tos ferina), la decisión de no recibir una vacuna es arriesgarse a contraer la infección naturalmente. Por ejemplo, todos los años, cientos de miles de personas se infectan con tos ferina y algunos mueren de la enfermedad. Por lo tanto es importante ponerse la vacuna.



- Algunas enfermedades (como el sarampión o paperas) siguen ocurriendo en los Estados Unidos a niveles bajos. Si las tasas de inmunización disminuyen aun más, estas enfermedades volverán más fuertes que nunca.

- Si bien algunas enfermedades (como polio, rubeola o difteria) se han eliminado por completo, o casi por completo en los Estados Unidos, todavía ocurren en otras partes del mundo. El polio todavía paraliza a menudo a personas en África, y la rubeola todavía causa defectos de nacimiento y abortos espontáneos en muchas partes del mundo. Como es común viajar internacionalmente, estas enfermedades pueden llegar a los Estados Unidos en algún avión.

¿Por qué necesitan vacunas los adolescentes?

Los niños mayores y los adolescentes necesitan vacunas por varios motivos:

- Para mejorar la inmunidad – Algunas vacunas no proporcionan suficiente inmunidad para durar toda la vida, entonces las dosis adicionales son necesarias a medida que los niños (y adultos) van creciendo. La vacuna Tdap es un ejemplo.
- Para proteger contra las enfermedades con las que todavía no ha entrado en contacto – Algunas vacunas protegen contra los virus a que la persona toda no ha sido expuesta. La vacuna contra el VPH es un ejemplo.
- Para proteger contra los virus que cambian – Algunos virus se adaptan a su entorno, al estilo de “supervivencia del más apto”, de manera que las versiones más antiguas de la vacuna ya no son efectivas para proteger contra la enfermedad. La vacuna contra la influenza es el único ejemplo.
- Para proteger contra enfermedades que tienden a infectar a personas de la misma edad – Por ejemplo, la vacuna meningocócica es importante porque la posibilidad de contraer esta enfermedad disminuye después de los 2 años de edad, pero empieza a aumentar de vuelta en la adolescencia.



¿Las vacunas debilitan el sistema inmunológico?

No, de hecho, las vacunas previenen infecciones que debilitan el sistema inmunológico. Debido a que las bacterias y los virus contenidos en las vacunas son versiones altamente debilitadas de bacterias y virus naturales, no debilitan el sistema inmunológico.

Al contrario, las infecciones con virus naturales pueden debilitar el sistema inmunológico. Por ejemplo, las personas infectadas con el virus de la gripe corren riesgo de desarrollar neumonía bacterial severa. Además, las personas infectadas con el virus de varicela corren riesgo de desarrollar infecciones severas en la piel causadas por bacterias que “comen la piel”.

¿Las vacunas pueden causar enfermedades crónicas, como la esclerosis múltiple, la diabetes o el asma?

Los estudios han demostrado que las vacunas no causan el autismo, diabetes, esclerosis múltiple, alergias, asma ni el daño cerebral permanente.

Cuando un evento ocurre antes de otro, a menudo nos preguntamos si están relacionados. Por ejemplo, algunas personas que fuman muchos cigarrillos contraen cáncer de pulmón. Pero cuando los científicos querían saber si el humo de cigarrillos causaba cáncer de pulmón, se realizaron varios estudios en las décadas de 1950 y 1960 para comparar la probabilidad de tener cáncer de pulmón de personas que fumaban cigarrillos con la de personas que no fumaban. Los mejores estudios comparaban personas de la misma edad, estado de salud general, medicamentos, etc. Al comparar gente parecida, se aseguraban que la única diferencia entre las personas fuera el cigarrillo. El resultado estaba claro: El fumar cigarrillos causaba cáncer de pulmón.

Similarmente, algunas personas que usan teléfonos celulares desarrollan cáncer cerebral. Para contestar la pregunta de si los teléfonos celulares causan cáncer de cerebro, se comparó la incidencia de cáncer de cerebro en personas que usaban teléfonos celulares con la de personas que no los usaban. Al igual que con los cigarrillos se verificó que la única diferencia entre las personas fuera su uso de teléfonos celulares. El resultado también estaba claro: Los teléfonos celulares no causaban cáncer de cerebro.

Debido a que se dan las vacunas a casi todos, muchas personas con enfermedades crónicas van a haber recibido vacunas. Y algunas de estas personas habrán recibido vacunas cerca del momento en que apareció el problema crónico. La pregunta es: “¿La vacuna causó la enfermedad?” La mejor manera de contestar esta pregunta es realizar estudios similares a los que se describieron para el fumar y los teléfonos celulares. Si bien no todas las posibles asociaciones han sido estudiadas, muchas sí; por lo tanto sabemos que las vacunas no causan el autismo, la diabetes, la esclerosis múltiple, las alergias, el asma o el daño cerebral permanente.



Programa de vacunación

Vacuna	11 a 12 años de edad	13 a 18 años de edad
Meningococo	1 ^a dosis entre los 11 y 12 años de edad 2 ^o dosis entre 16 y 18 años de edad	13 a 15 años de edad: 1 dosis, seguida por un refuerzo entre los 16 y 18 años de edad 16 a 18 años de edad: 1 dosis
Tdap	1 dosis	1 dosis si no se recibió previamente
VPH	2 ^a dosis 1 a 2 meses después de la primera 3 ^{era} dosis 6 meses después de la primera	3 dosis si no se recibió previamente Las dosis restantes si se empezó la inmunización

11 a 18 años de edad

Influenza	1 dosis anual
Hepatitis A†	2 dosis
Hepatitis B†	2 o 3 dosis
Polio†	3 dosis
Sarampión, paperas y rubeola (MMR)†	1 o 2 dosis
Varicela†	1 o 2 dosis

† Dependiendo del historial de vacunación del niño es posible que necesite vacunas para ponerse al día.



¿Necesitamos comprobante de vacunación? Cómo encontrar sus registros de vacunación

A medida que se expande el mundo de su hijo para incluir campamentos de verano, su primer trabajo y la universidad, es posible que descubra que le están pidiendo sus registros de vacunación.

Si bien algunos padres cuentan con una copia del registro de inmunización de su hijo, muchos no la tienen. ¿Entonces qué debería hacer si no puede encontrar el registro de vacunación de su hijo?

- Consulte con el profesional de salud más reciente de su hijo. Si su hijo cambió de médico, es posible que tenga que consultar con los proveedores anteriores, sobre todo con aquellos que atendían a su hijo antes de que entrara a la escuela.
- Consulte con la escuela de su hijo, ya que a veces guardan copias.
- Si el departamento estatal de salud cuenta con un registro de inmunizaciones, es posible que pueda obtener una copia de ellos.
- Consulte los libros de bebé de su hijo, y sus registros de salud viejos, ya que puede haber guardado una copia del registro en un lugar que no se le ha ocurrido.
- Formularios viejos para la escuela o campamento también pueden tener la información.

¿Qué pasa si no puedo encontrar el registro de inmunización de mi hijo?

Si no puede encontrar el registro de inmunización de su hijo, es posible que el hijo tenga que:

- Hacerse una análisis de sangre – Un análisis de sangre puede ayudar a determinar la inmunidad a algunas enfermedades que se pueden prevenir con vacuna, como por ejemplo el sarampión, las paperas, la rubeola, varicela, hepatitis A, hepatitis B, tétano, difteria y polio. No obstante, si el análisis de sangre revela que el adolescente no tiene inmunidad a una o más de estas enfermedades, se tendrá que vacunar. Ya que una dosis adicional de la vacuna no causará daño, algunos padres eligen darle las vacunas en cuestión sin realizar un análisis de sangre.
- Vacunarse – Es posible que se tenga que dar algunas vacunas porque no existe un análisis de sangre para determinar la inmunidad o porque el análisis de sangre revela que se hace falta darle ciertas vacunas.

Si bien muchos padres están preocupados que las vacunas serán dañinas si su hijo ya las recibió, puede quedarse tranquilos que las dosis adicionales de vacunas, al igual que la exposición a la enfermedad, sólo servirán para fortalecer el sistema inmune.



Es posible que haya costos adicionales asociados con el análisis de sangre y copagos adicionales para las consultas necesarias para ponerse al día con las vacunas. Cada vacuna cuenta con su propio conjunto de requisitos sobre cuándo se pueden dar las dosis subsiguientes después de la dosis inicial.

Una vez que usted y el profesional de la salud decidan cómo proceder, pueden organizar un programa de vacunación para estar seguros que se completen las series de vacunas. Además de los registros que mantiene el médico, pídale que llene un registro que puede llevar consigo cada vez que va para que le den dosis adicionales.

Necesito más información: Recursos para padres y adolescentes

Información sobre las vacunas

Recursos en internet

- Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades) www.cdc.gov/vaccines/who/teens
- Vaccine Education Center (VEC) at The Children's Hospital of Philadelphia (Centro de Educación sobre Vacunas en el Hospital de Niños de Philadelphia) www.vaccine.chop.edu
- American Medical Association (AMA) (Asociación Médica Norteamericana) www.ama-assn.org/go/roadmaps-adolescents
- Vaccine Information for the Public and Health Professionals (a program of Immunization Action Coalition – IAC) (Información sobre vacunas para el público y profesionales de la salud (un programa de la Coalición de Acción para la Inmunización)) www.vaccineinformation.org
- National Network for Immunization Information (NNii) (Red Nacional de Información sobre las Inmunizaciones) www.immunizationinfo.org
- Vaccinate Your Baby (a program of Every Child by Two – ECBT) (Vacune a su bebé (un programa de Todos los niños antes de los dos años de edad)) www.vaccinateyourbaby.org

Libros

- *Vaccines and Your Child: Separating Fact from Fiction* (Columbia University Press, 2011) escrito por Paul A. Offit, M.D., y Charlotte A. Moser



- *The Complete Idiot's Guide to Vaccinations* (Penguin Group USA, 2009) escrito por Michael J. Smith, M.D., M.S.C.E., y Laurie Bouck

- *Do Vaccines Cause That?! A Guide for Evaluating Vaccine Safety Concerns* (i4ph, 2008) escrito por Martin G. Meyers, M.D., y Diego Pineda

Folletos y hojas informativas

- Los CDC ofrecen hojas informativas sobre todas las vacunas.

www.cdc.gov/vaccines/pubs/vis

- Puede descargar varias hojas informativas del Centro de Educación sobre Vacunas en el Hospital de Niños de Philadelphia.

www.vaccine.chop.edu/resources



Información para viajeros

- Sitio Web de viaje de los CDC – incluye información específica para ciertos destinos, vacunas y enfermedades.

www.cdc.gov/travel

- Encuentre una clínica médica especializada en viajes – tanto la Sociedad Internacional de Medicina del Viajero (ISTM) y la Sociedad Norteamericana de Medicina e Higiene Tropicales (ASTMH) cuentan con localizadores de clínicas en sus sitios web:

ISTM: www.istm.org

ASTMH: www.astmh.org

Grupos familiares

- Parents PACK (Posesión, Acceso y Comunicación de Conocimientos sobre las Vacunas) – un programa dirigido por el Centro de Educación sobre Vacunas en el Hospital de Niños de Philadelphia. Ofrece un boletín mensual gratis por correo electrónico sobre las vacunas. Se proporciona información sobre las vacunas para todas las edades.

www.vaccine.chop.edu/parents

- Vaccinate Your Baby (Vacune a su bebé) – una campaña de toma de conciencia sobre las inmunizaciones administrada por Todos los Niños Antes de los Dos Años de Edad (ECBT); incluye información sobre las vacunas y su seguridad.

www.vaccinateyourbaby.org

- Families Fighting Flu (Familias Luchando Contra la Gripe) – una organización sin fines de lucro compuesta por familias y pediatras que han experimentado personalmente lo que significa perder a un hijo a causa de la gripe, o que un hijo experimente complicaciones médicas graves debido a la gripe.

www.familiesfightingflu.org

- Menigitis Angels (Ángeles de la Meningitis) – una organización sin fines de lucro compuesta por familias afectadas por meningitis y dedicada a apoyar a otras víctimas de meningitis bacteriana y sus familias.

www.meningitis-angels.org

- National Meningitis Association (Asociación Nacional de la Meningitis) – una organización sin fines de lucro fundada por padres cuyos hijos han muerto o viven con discapacidades permanentes debido a la enfermedad meningocócica.

www.nmaus.org

- PKIDS – una organización nacional sin fines de lucro que ofrece respaldo a familias cuyos hijos están viviendo con hepatitis, VIH/SIDA u otras infecciones virales crónicas y educa al público sobre las enfermedades infecciosas.

www.pkids.org

- Tamika & Friends (Tamika & Amigos) – una organización nacional sin fines de lucro dedicada a la toma de conciencia sobre el cáncer del cuello del útero y su conexión con el virus del papiloma humano.

www.tamikaandfriends.org

- Pearl of Wisdom Campaign (Campaña Perla de la Sabiduría) – un esfuerzo unido y global para la toma de conciencia de las oportunidades que están disponibles actualmente para prevenir el cáncer del cuello del útero.

www.pearlofwisdom.us

- The Yellow Umbrella Organization (La Organización Paraguas Amarillo) – una organización que “trabaja en conjunto bajo el mismo paraguas, hacia una meta en común... Se trata de la prevención del cáncer del cuello del útero.”

www.theyellowumbrella.org



Recursos para adolescentes

- Getvaxed.org – una iniciativa de PKIDS que brinda información relacionada con las inmunizaciones y videos para adolescentes y adultos jóvenes.

www.getvaxed.org

- Pirls – un proyecto de PKIDS, Pirls es un sitio Web para niñas, en la que pueden obtener información sobre la salud, jugar juegos, ganar premios y escuchar la radio de Pirls. Pirls también está en Facebook, Twitter y MySpace.

www.pirls.pkids.org



- Stomping Out Meningitis (Venciendo a la Meningitis) – una iniciativa de los Ángeles de la Meningitis que une a sobrevivientes de meningitis, adolescentes de la familia y amigos para compartir historias personales y educar a otros adolescentes sobre la importancia de prevenir la meningitis meningocócica por medio de una vida sana y la vacunación. www.stompingoutmeningitis.com

Medios sociales

- Shot of Prevention (Una inyección de prevención) – un blog patrocinado por ECBT. Visite shotofprevention.com. También está en Facebook y Twitter.
- Parents Who Protect (Padres que Protegen) – un blog patrocinado por la Asociación Nacional de la Meningitis. Visite parentswhoprotect.com
- PKIDS está en Facebook, Twitter, Flickr, YouTube, Delicious y otros medios sociales. También tienen un blog. Obtenga más información en www.pkids.org.
- La Campaña Perla de la Sabiduría y la Organización Paraguas Amarillo están en Facebook, YouTube y Twitter.
- Familias Luchando Contra la Gripe y la Asociación Nacional de la Meningitis están en Facebook y Twitter.

Registro de inmunización

A continuación hay una lista de las vacunas recomendadas para los adolescentes. Pídale al doctor u otro profesional de la salud de su hijo que lo llene con la fecha que su hijo reciba una vacuna.

Nombre del niño _____ Fecha de nacimiento _____

Vacuna	Cantidad de dosis		
Tdap			
Meningococo			
Virus del papiloma humano			
Influenza			

¿Debe ponerse al día con algunas vacunas?

Verifique que su hijo haya tenido la cantidad de dosis apropiada de las siguientes vacunas, pidiéndole a su profesional de salud que agregue la información del registro médico de su hijo aquí:

Hepatitis A _____

Hepatitis B _____

Polio _____

MMR _____

Varicela _____





Las vacunas y los adolescentes: Los años sociales y ocupados fue escrito y elaborado por el Centro de Educación sobre Vacunas en el Hospital de Niños de Philadelphia, en colaboración con la Asociación Norteamericana de Medicina.

El Centro se formó en octubre de 2000 para brindar información precisa, completa y actualizada sobre las vacunas y las enfermedades que previenen. El Centro de Educación sobre Vacunas está financiado por cátedras dotadas de fondos del Hospital de Niños de Philadelphia.

El Centro no recibe respaldo de compañías que fabrican vacunas.

Para obtener más información sobre las vacunas, visite los sitios

Web del Centro de Educación sobre Vacunas en

vaccine.chop.edu

y

vaccine.chop.edu/parents

 The Children's Hospital of Philadelphia®
Hope lives here.

34th Street and Civic Center Boulevard, Philadelphia, PA 19104-4399
1-800 TRY CHOP www.chop.edu

Fundado en 1855, The Children's Hospital of Philadelphia es la cuna de la medicina pediátrica en los Estados Unidos. A lo largo de su historia, una pasión por la innovación ha impulsado esta institución de renombre a dedicarse a los descubrimientos científicos, a establecer estándares inigualables de atención al paciente y a capacitar a futuros líderes en pediatría. Durante 150 años, The Children's Hospital of Philadelphia ha sido un refugio de esperanza para niños y familias en todo el mundo.

The Children's Hospital of Philadelphia y el logo  son marcas registradas de The Children's Hospital of Philadelphia.

Manténgase conectado.

