

Vacunas para mujeres

La inmunización es un paso importante para mantener la salud y prevenir las enfermedades. Toda mujer debe trabajar con su partera u otro profesional de la salud para saber qué vacunas se recomiendan para ella según el estado de salud, la edad, el estilo de vida y otros factores, y para realizar un seguimiento de cuándo le corresponde cada una.

¿Qué es una vacuna?

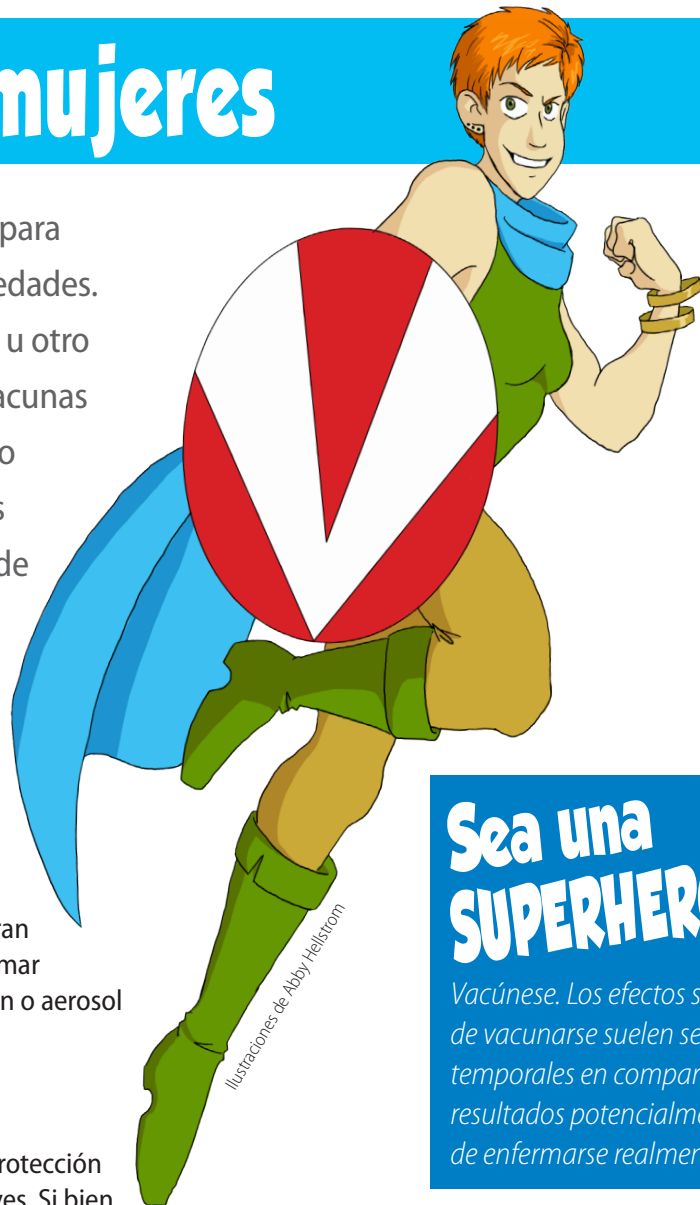
Las vacunas pueden protegerlo contra ciertas enfermedades. Por ejemplo, una vacuna contra la gripe anual puede reducir sus probabilidades de enfermarse de la gripe y también el riesgo de complicaciones relacionadas con la gripe, como la neumonía. La mayoría de las vacunas se administran mediante inyecciones, pero algunas se pueden tomar por la nariz, en forma de aerosol nasal. La inyección o aerosol nasal que recibe se llama vacuna.

¿Las vacunas implican riesgos?

Las vacunas son muy seguras y ofrecen la mejor protección disponible contra una serie de enfermedades graves. Si bien hay algunos riesgos, como con cada medicamento o procedimiento médico, hay muchos beneficios comprobados y significativos. La mayoría de las vacunas que se utilizan en los Estados Unidos se hacen a partir de un virus o bacteria muertos o inactivos, por lo que las vacunas no pueden darle la enfermedad. Los efectos secundarios de las vacunas son generalmente menores y temporales, por ejemplo, sentir dolor donde se recibe la inyección o tener un poco de fiebre, y desaparecen en pocos días. Los efectos graves a largo plazo son poco frecuentes. Las personas con algunas condiciones de salud, como el embarazo, no deben recibir algunas vacunas. Pregúntele a su partera u otro profesional de la salud qué vacunas necesita, cuáles son seguras para usted y cómo se sentirá después de recibirlas.

¿Qué tipos de vacunas necesito?

La parte inferior de este folleto resume qué vacunas puede necesitar como mujer. Si usted trabaja o viaja fuera de los



Ilustraciones de Abby Hellstrom

Sea una SUPERHEROÍNA

Vacúnese. Los efectos secundarios de vacunarse suelen ser menores y temporales en comparación con los resultados potencialmente peligrosos de enfermarse realmente.

Estados Unidos, es posible que también necesite otras vacunas. También se recomiendan las vacunas para la hepatitis B y la hepatitis A para mujeres en riesgo de estas infecciones. Pregúntele a su profesional de la salud qué vacunas se recomiendan para su situación particular.

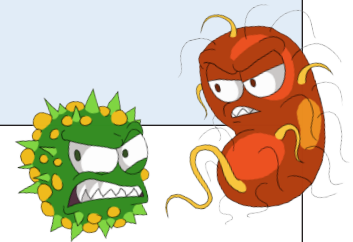
¿Debo vacunarme si estoy embarazada?

Su departamento de salud local le puede proporcionar las vacunas que se recomiendan para cada embarazo. Algunas vacunas, como la vacuna contra el virus del papiloma humano (VPH); la vacuna contra la gripe en aerosol nasal; la vacuna contra el sarampión, las paperas y la rubéola (SPR); y la vacuna contra la varicela, no deben administrarse a mujeres embarazadas. Justo después del embarazo es un buen momento para recibir la vacuna contra el sarampión, las paperas y la rubéola (SPR), la vacuna contra la varicela o las vacunas contra los diferentes tipos de hepatitis, en caso de que las necesite.

Continuación

Calendario de vacunación para mujeres

| ¿Quién necesita esta vacuna y con qué frecuencia? | ¿Se recomienda rutinariamente durante el embarazo? |
|--|--|
| Hepatitis A: Recomendada para las mujeres en situación de riesgo ¹ y las que viajan fuera de los Estados Unidos. (Una serie de 2 inyecciones). | No |
| Hepatitis B: Toda persona menor de 18 años y mujeres en riesgo de hepatitis B2 (una serie de 3 inyecciones). | Sí, si está en riesgo ² |
| Virus del papiloma humano (VPH): Todas las mujeres de hasta 26 años, menos las embarazadas. (Una serie de 3 inyecciones). | No |
| Vacuna contra la gripe (vacuna de influenza inactiva): Las personas que deseen protegerse contra la gripe y las mujeres que estén en alto riesgo de sufrir complicaciones. ³ (Anualmente) Inactiva significa que la vacuna contiene virus muertos o inactivos, lo que significa que la vacuna no le puede dar la gripe. | Sí, se recomienda cada temporada de la gripe; se puede recibir en cualquier momento durante el embarazo. |
| Vacuna contra la gripe en aerosol nasal (vacuna viva atenuada contra la influenza): Personas sanas de 2 a 49 años que no estén embarazadas y que no tengan problemas de salud. (Anual: aerosol nasal) Vivo significa que la vacuna contiene virus debilitados, lo que es seguro para la mayoría de las personas saludables, pero no para ciertas personas que no tienen un sistema inmunológico fuerte. | No |
| Sarampión, paperas, rubéola (SPR): Personas nacidas después de 1957 o que no tengan inmunidad comprobada con un análisis de sangre. Especialmente importante para las mujeres que planean un embarazo. (Una vez con la posible necesidad de refuerzos) | No |
| Meningocócica: Estudiantes universitarios que viven en una residencia de estudiantes y otras personas en riesgo debido a viajes o enfermedades crónicas. (Generalmente 1 vez) | No |
| Neumocócica: Personas mayores de 65 años o personas con ciertos problemas de salud. (Generalmente 1 vez) | No |
| Tétanos, difteria, tos ferina (DPT): DPT para todas las mujeres a partir de los 19 años que no la hayan recibido previamente. Refuerzos de DT cada 10 años. (1 dosis de DPT seguida de dosis de refuerzo con DT; DPT en cada embarazo) | Sí, se recomienda la DPT para todos y cada uno de los embarazos. ⁴ |
| Varicela: Cualquier persona que no haya tenido varicela o que se haya comprobado que no es inmune. (Una serie de 2) | No |
| Zóster (culebrilla): Todas las personas a partir de los 60 años. (1 vez) | No |



1. Usted está en riesgo de contraer la hepatitis A si: 1) vive en una comunidad que tiene una alta incidencia de hepatitis A, 2) usa drogas ilegales o 3) tiene una enfermedad crónica del hígado.
2. Usted está en riesgo de hepatitis B si 1) tiene más de una pareja sexual en 6 meses, 2) tiene relaciones sexuales o contacto en el hogar con una persona que tenga hepatitis B, 3) usa drogas ilegales o 4) es un trabajador de la salud o de la seguridad pública que pudo haber estado en contacto con fluidos corporales.
3. La vacuna de la gripe está aprobada para cualquier persona a partir de los 6 meses. Sin embargo, no debería recibir la vacuna en aerosol nasal si usted: 1) es menor de 2 años o mayor de 50, 2) es un trabajador de la salud, 3) está embarazada o 4) tiene problemas de salud a largo plazo, como diabetes, asma, enfermedad renal o enfermedad del corazón. Para obtener más información, consulte la siguiente información: www.cdc.gov/flu/protect/whoshouldvax.htm.
4. Debe recibir una vacuna DPT de posparto si no se vacuna durante el embarazo. Es preferible administrar la DPT durante el embarazo.

RECURSOS ADICIONALES:

American College of Nurse-Midwives
<http://ourmomentoftruth.midwife.org/OMOT-Vaccines-for-Women>
www.cdc.gov/Features/AdultImmunizations
www.adultvaccination.org

Esta publicación fue posible gracias al acuerdo de cooperación número 1U380T000161 de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y la Asociación de Funcionarios de Salud Estatal y Territorial (ASTHO). Los contenidos son de exclusiva responsabilidad de los autores y no representan necesariamente las opiniones oficiales de los CDC o ASTHO.

021315