

### Referencias:

• Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (sf) ¿Cómo funcionan las vacunas? <https://www.aemps.gob.es/la-aemps/ultima-informacion-de-la-aemps-acerca-del-covid%E2%80%919119/vacunas-contrala-covid%E2%80%919119/como-funcionan-las-vacunas/#:~:text=Las%20vacunas%20funcionan%20imitando%20a,se%20multiplica%20en%20las%20personas.>

• Oficina de Prevención de Enfermedades y Promoción de la Salud, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EU (Agosto 26, 2022). Adulto mayor: vacunate para proteger tu salud (personas de 50 años o más) <https://health.gov/espanol/myhealthfinder/visitas-doctor/vacunas/adulto-mayor-vacunate-proteger-tu-salud-personas-50-anos-o#:~:text=Los%20adultos%20mayores%20necesitan%20recibir,z%C3%B3ster%20o%20shingles%20en%20ingl%C3%A9s.>

• CDC (February 10, 2023) Itinerario de Vacunación de Adultos por Grupo de Edad. <https://www.cdc.gov/vaccines/schedules/hcp/imz/adult.html>



EDUCACIÓN  
EN SALUD



EDUCACIÓN  
EN SALUD



VACUNACIÓN DE ADULTOS MAYORES

## ¿Cómo funcionan las vacunas?

Las vacunas funcionan imitando a los virus y las bacterias que causan enfermedades, preparando al sistema inmunológico para reconocer y defenderse de ellas, desarrollando anticuerpos que facilitan la respuesta inmunológica adaptativa.

## ¿Por qué los adultos mayores necesitan vacunas?

Los adultos mayores necesitan recibir vacunas para prevenir enfermedades graves. A medida que avanzan los años, aparecen condiciones crónicas como las cardíacas, pulmonares y diabetes. Estas condiciones pueden agravarse y descontrolarse cuando un adulto mayor se enferma con ciertas infecciones. El sistema inmunológico se deteriora provocando que las defensas de nuestro cuerpo sean más lentas y menos específicas. Por esto a medida se envejece, es más lento y difícil recuperarse de infecciones comunes como la influenza y el COVID-19.

Las vacunas pueden hacer la diferencia en la vida de un adulto mayor, fortaleciendo sus defensas para protegerlos de enfermedad severa y las complicaciones que pueden provocar a su estado de salud, sobre todo, si ya la persona vive con alguna condición crónica. Las personas vacunadas reducen sus posibilidades de enfermar gravemente, ser hospitalizado y sufrir consecuencias que restrinjan su independencia o le lleven a la muerte.

**Proteja su salud manteniendo sus vacunas al día.**



## Como manejar las renuencias a la vacunación

La evidencia científica muestra que la principal barrera u objeción a la vacunación en la edad adulta es la falta de recomendación médica. No todos los médicos se toman el tiempo de dialogar con sus pacientes acerca de vacunación. Lamentablemente, en Puerto Rico hemos descuidado la atención médica preventiva y no contamos con una cultura de vacunación en la edad adulta. A menudo resulta complicado identificar un proveedor de servicios de vacunación contratado por su aseguradora tanto en el sector público como el privado. Una de las formas más adecuadas de abordar este asunto es dialogar acerca de las recomendaciones de vacunación tal y como las presentan las autoridades sanitarias como los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades y la Organización Panamericana de la Salud. Además de proveer la información, puede invitar al dialogo con el médico primario o farmacéutico certificado en inmunización.

## Otras medidas de prevención

Existen otros tipos de infecciones para las cuales no contamos con una herramienta tan efectiva como para las enfermedades prevenibles por vacunas. En estos casos, las medidas de protección y prevención personal son esenciales para evitar las complicaciones. Es necesario que los adultos mayores, sus familiares y cuidadores estén al tanto de posibles brotes de enfermedades infecciosas en su zona y tomen las medidas de prevención necesarias para controlar la propagación de enfermedades. Por ejemplo, de surgir casos de dengue en su área cercana, use repelentes de mosquitos y evite que el agua se empoce en los alrededores de su residencia propiciando que los mosquitos se reproduzcan. De surgir casos de infecciones respiratorias como Micoplasma o el Virus Respiratorio Sincitial (VRS), practique con rigurosidad el lavado de manos frecuente y la higiene al toser, considere el uso de mascarilla si reconoce algún riesgo a contagiarse o a sufrir complicaciones si llega a enfermarse; y sobre todo si presenta síntomas quédese en su casa y salga solo si requiere atención médica.

## Hepatitis A y B

La Hepatitis A se contrae por vía fecal oral al ingerir agua o alimentos contaminados. Sus síntomas van desde fatiga, poco apetito, dolor de estómago, náuseas e ictericia (piel u ojos amarillos, orina oscura, deposiciones de color claro). En casos raros, la hepatitis A puede causar insuficiencia hepática y muerte; esto es más frecuente en personas mayores de 50 años y en personas con otras enfermedades hepáticas. Esta infección no se considera un problema de salud pública en Puerto Rico gracias a los esfuerzos de vacunación y a la educación para el manejo de alimentos. Sin embargo, si desea prevenir o piensa viajar a alguna región donde la Hepatitis A sea común, vacúnese a tiempo. Una serie de dos dosis en seis meses.

La Hepatitis B se contrae de persona a persona a través del contacto íntimo por sangre, semen u otros fluidos corporales infectados. Se convierte en una infección hepática (en el hígado) aguda que provoca fiebre, fatiga, pérdida de apetito, náuseas, vómitos, ictericia (piel u ojos amarillos, orina oscura, deposiciones de color arcilla) y dolor en los músculos, las articulaciones y el estómago. Puede complicarse en una infección crónica sin síntomas a largo plazo y provocar cirrosis o cáncer. Si cree que pueda estar en riesgo de contraer Hepatitis B, consulte con su médico o farmacéutico certificado en inmunización. Actualmente existen 5 vacunas contra la hepatitis B; tres son de un solo antígeno y dos son combinadas. La vacuna de Hepatitis B se administra en una serie de 3 dosis en un periodo de 6 meses.



## ¿Qué vacunas se recomiendan a los adultos de mayor edad?

Los CDC recomiendan que todos los adultos de 65 años o más reciban las siguientes vacunas:

### COVID-19

El COVID es una infección de las vías respiratorias causada por el virus SARS-CoV-19 (Síndrome Respiratorio Agudo Severo Coronavirus de 2019 en Wuhan, China). En algunos casos, enfermedades pre-existentes pudieran enmascarar o interferir con los síntomas. En adultos mayores los síntomas comienzan leves, pero se agravan. Además de fiebre y síntomas respiratorios puede provocar vómitos y diarreas, pérdida de olfato, gusto y apetito, escalofríos, temblores, dolor muscular, de garganta o de cabeza, conjuntivitis, desgano, falta de apetito, sueño, desorientación, confusión, incapacidad para hablar. Un reducido grupo de personas no experimentan síntomas. En este momento los adultos de 65 años y más deben recibir la segunda dosis de la vacuna bivalente que protege contra la cepa original en la serie primaria monovalente y las variantes del omicrón. Es posible que en un futuro surjan nuevas cepas y por ende nuevas vacunas contra los coronavirus. En ese caso, los adultos de mayor edad serían como una prioridad para recibir las vacunas.





## Influenza

Debe recibir una vacuna tetravalente (o cuadrivalente) cada temporada. La vacuna es diferente cada temporada y está disponible a partir de agosto y septiembre cada año. Las vacunas de influenza protegen contra 2 cepas del tipo A y dos del tipo B. Los CDC prefieren que los adultos mayores reciban la vacuna de dosis alta específicamente formulada para personas de 65 años y más. Las vacunas intranasales de virus vivo atenuado (las que no se inyectan) no están recomendadas para adultos de mayor edad.

## PulmoníaNeumocócica

Las bacterias neumocócicas son la principal causa de pulmonía. Esta enfermedad provoca unas 4,000 hospitalizaciones cada año, en los Estados Unidos y Puerto Rico. Casi el 80% de las personas que se infectan son adultos de mayor edad. Las complicaciones de esta infección pueden ser serias ya que no sólo infecta los pulmones, sino también el torrente sanguíneo y el cerebro. Además, hay que considerar que algunas de estas bacterias desarrollan resistencia a ciertos antibióticos, lo que dificulta su tratamiento.

Existen varias vacunas antineumocócicas que le pueden ayudar a evitar la pulmonía. Si nunca ha recibido vacunas contra la pulmonía, al llegar a los 65 años deberá recibir una de estas dos alternativas:

- 1 dosis de PCV15 (Vaxneuvance TM), seguida de una dosis de PPSV23 (Pneumovax ®), doce meses después

o

- 1 dosis de PCV20 (Pevnar®)

## Tétano, Difteria y Tosferina (pertusis)

La vacuna triple bacteriana Tdap le ayuda a prevenir el Tétano, Difteria y Tosferina. Debe recibir una dosis de Tdap al llegar a los 65 años y cada 10 años un refuerzo Td. El tétanos es una terrible enfermedad del sistema nervioso central que provoca tetania, un trastorno caracterizado por un aumento de la excitabilidad de los nervios, espasmos musculares dolorosos, temblores o contracciones musculares intermitentes. La Difteria y Tosferina son enfermedades potencialmente mortales en la infancia. La difteria puede infectar las vías respiratorias o la piel, y sus complicaciones pueden llevar a daños al músculo del corazón o los nervios. La tosferina (pertusis) provoca bronquitis en adultos afectando su calidad de vida, pero un abuelito enfermo puede contagiar a su nieto recién nacido a quien esta enfermedad puede dañar gravemente.

## Culebrilla

La culebrilla es causada por el virus de la varicela-zóster (VVZ), el mismo virus que causa varicela. El virus permanece latente (inactivo) después de la varicela y se puede reactivar causando culebrilla. Los síntomas incluyen, pero no se limitan a erupción o sarpullido con ampollas, más dolor y picazón, dolor de cabeza, fiebre. La complicación más común es la neuralgia post-herpética, una inflamación dolorosa y permanente de las terminaciones nerviosas. Otras complicaciones serias pueden ocurrir si no se identifica y trata a tiempo, estas pueden llegar a ser ceguera, sordera e incluso encefalitis. El dolor que causa la culebrilla ha sido comparado al del parto o al del eliminar un cálculo renal. Puede durar meses o años después de que haya desaparecido el sarpullido. La vacuna contra la culebrilla puede ayudar a prevenir la enfermedad y sus complicaciones. La única forma de prevenir la culebrilla es vacunándose con una serie de dos dosis en 6 meses.