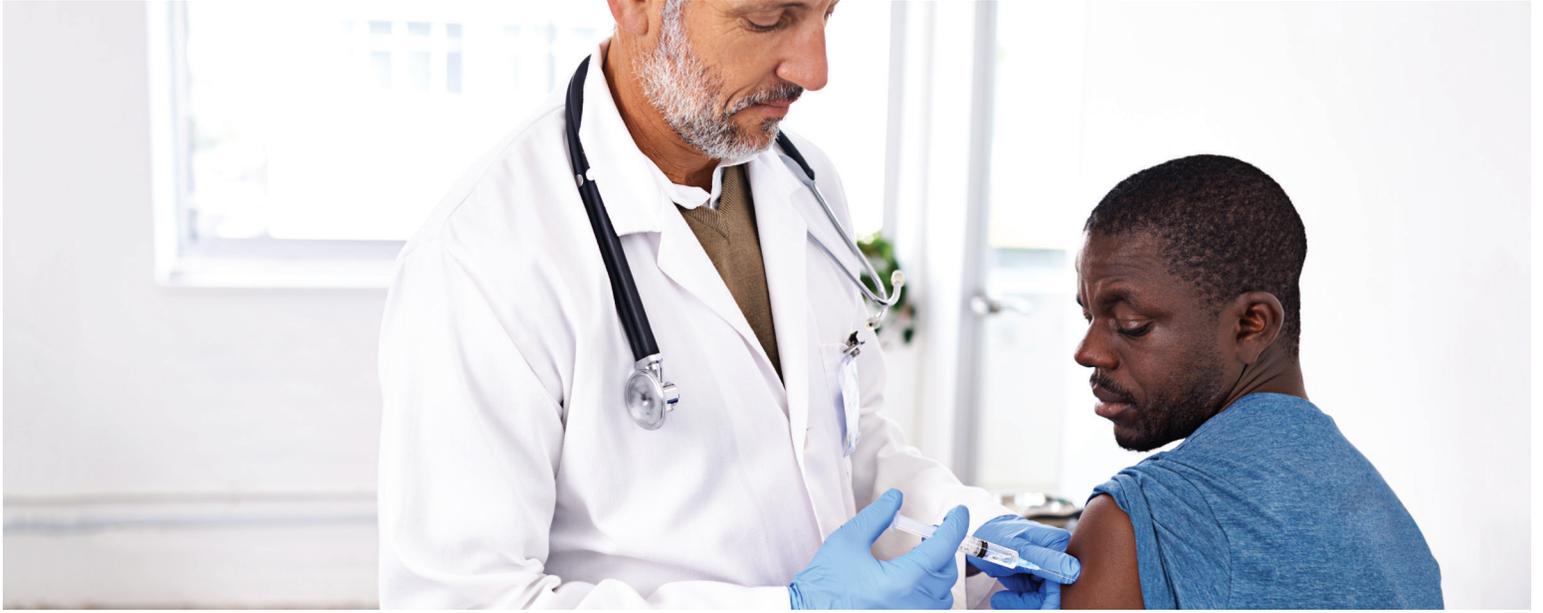


Vacunas para adultos



Los adultos también necesitan vacunas

- Cada año, miles de adultos neoyorquinos se enferman –y algunos incluso mueren– de afecciones que se pueden prevenir con vacunas.
- Las vacunas son una de las formas más seguras y eficaces para proteger su salud. Estas disminuyen su probabilidad de enfermarse y de contagiar ciertas enfermedades a sus seres queridos, y pueden ayudarle a mantenerse saludable.



La influenza y la neumonía siguen siendo la **tercera causa principal de muerte** en la ciudad de Nueva York.*

*Resumen de estadísticas vitales 2005-2014 de la Ciudad de Nueva York

Vacunas recomendadas

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan más de diez vacunas para adultos en función de la edad y los factores de riesgo. De esas vacunas, es especialmente importante que usted:



Reciba la vacuna contra la gripe todos los años.

La vacuna se actualiza cada año para protegerle contra los virus de la influenza actuales.



Reciba la vacuna contra el herpes zóster para protegerse del herpes si ya cumplió los 60 años de edad.



Reciba la vacuna neumocócica si ya cumplió los 65 años de edad o si padece de ciertas afecciones médicas. Estas vacunas le protegen de la neumonía y otras enfermedades graves.



Reciba la vacuna Tdap si no la recibió durante la infancia para protegerse contra el tétanos, la difteria y la tosferina. Las mujeres embarazadas deben recibir una dosis de Tdap en cada embarazo. Reciba una dosis de refuerzo de Td cada 10 años para protegerse contra el tétanos.

Boletín de salud

Visite nyc.gov/health para encontrar cualquier Boletín de salud.
Llame al **311** para pedir copias gratuitas.

Sitios de vacunación

Hable con su médico para saber cuáles son las vacunas adecuadas para usted. Puede recibir vacunas en el consultorio del médico y en muchos otros sitios:



Visite su farmacia más cercana: muchas ofrecen vacunas para adultos.



Averigüe si en su lugar de trabajo se ofrecen vacunas.



Visite la clínica de vacunación del Departamento de Salud o alguna clínica u hospital de la Ciudad.



Encuentre un sitio de vacunación en su vecindario: visite nyc.gov/health/map o nyc.gov/health/clinics.

Mantenga un registro de sus vacunas

Puede necesitarlo para la escuela o el trabajo. Aquí hay algunos consejos sobre cómo realizar el seguimiento de sus registros:

- Pídale a su proveedor que notifique su información de vacunación al Registro de Inmunización Municipal (CIR, por sus siglas en inglés) del Departamento de Salud. El CIR es una forma segura en que los proveedores pueden acceder a su historial de vacunación y compartirlo con usted.
- Pídale a su proveedor un registro de vacunas firmado. Pídale a su proveedor que actualice el registro cada vez que usted reciba una vacuna.
- Recopile información de vacunación de sus padres, escuelas anteriores y trabajos pasados. Luego, colabore con su proveedor para mantener los registros actualizados.

Recursos

Síganos



@nychealthy



nychealth



@nychealthy

Más información

Visite cdc.gov/vaccine/adults

Encuentre clínicas de bajo costo o gratis

Visite nyc.gov/health/map o nyc.gov/health/clinics

Reciba los boletines de salud más recientes

Visite nyc.gov/health/pubs



Visite nyc.gov/health para obtener este Boletín de salud en otros idiomas y otros documentos de salud traducidos. Usted tiene derecho a recibir servicios en su idioma. Estos servicios se prestan de forma gratuita en todas las oficinas y clínicas del Departamento de Salud de la Ciudad de Nueva York.