

# ¿ESTÁ PREPARADO?



**Get Ready**

[www.aphagetready.org](http://www.aphagetready.org)

## Cómo mantenerse sano y prevenir enfermedades: Vacunas para niños

Todos queremos que nuestros hijos tengan un comienzo saludable. Una de las maneras para lograrlo es asegurarnos de que hayan recibido las vacunas contra enfermedades que pueden evitarse con la vacunación correcta.

### ¿Por qué son importantes las vacunas?

Los bebés y los niños pequeños son especialmente susceptibles a las enfermedades y sus complicaciones. Afortunadamente, existen vacunas para proteger a bebés y niños de muchas enfermedades graves.

Los Estados Unidos han reducido con éxito muchas enfermedades infecciosas. Pero los brotes de enfermedades todavía siguen presentándose. Por ejemplo, en los Estados Unidos todavía hay brotes de enfermedades como el sarampión, la tos convulsa y la paperas (todas se pueden prevenir con vacunas). Por eso, es sumamente importante conocer los programas de vacunación recomendados y hablar sobre estos programas con su pediatra.



*Photo courtesy iStockphoto—Christopher Fletcher*

Actualmente, las vacunas infantiles recomendadas protegen a sus hijos contra una larga lista de enfermedades, como gripe, hepatitis A, hepatitis B, sarampión, paperas, rubéola, polio, varicela, rotavirus, difteria, tétano, enfermedad neumocócica y tos ferina (también conocida como tos convulsa).

Muchas de estas enfermedades son sumamente graves y pueden causar la muerte o problemas de salud de por vida. Algunas vacunas infantiles requieren varias dosis entre el nacimiento del bebé y los 6 años de edad. Si su hijo no recibe todas las dosis de una vacuna recomendada, puede quedar vulnerable a la enfermedad. Pídale a su doctor el programa completo de vacunación infantil recomendada.

Algunos padres se preocupan sobre la cantidad de vacunas recomendadas para sus hijos durante su nacimiento y los 6 años. Pero no hay por qué preocuparse: Los estudios han demostrado que es seguro recibir varias vacunas de una sola vez, incluso para los recién nacidos.

## Los riesgos de la falta de vacunación



Photo courtesy iStockphoto—Stephanie Pappas

Afortunadamente, la mayoría de los padres deciden vacunar a sus hijos. Si no está seguro de vacunar a su hijo, piense cuidadosamente en su decisión. No vacunar a su hijo no solo lo hace vulnerable a enfermedades peligrosas, sino que también amenaza la salud de otros niños que no pueden recibir vacunas porque son demasiado pequeños o porque todavía no han recibido todas las vacunas necesarias. Las vacunas son ampliamente más seguras que las enfermedades que previenen.

Las vacunas se crean con los estándares de seguridad más altos y se necesitan años de estudios antes de que la vacuna pueda usarse. Pero al igual que muchos procedimientos y tratamientos médicos, las vacunas también pueden

tener efectos secundarios. En la mayoría de los casos, no existen efectos secundarios o solo hay reacciones leves, como la fiebre. Si piensa que su hijo tiene una reacción negativa ante una vacuna, comuníquese con su proveedor de atención médica.

Algunas personas creen que las vacunas producen autismo. No existe evidencia que lo pruebe. Los estudios científicos han demostrado que no existe ninguna relación entre la vacunación y el autismo.

## Participe

Aunque es posible que su pediatra realice un seguimiento del programa de vacunación de su hijo y le avise cuando se necesiten vacunas, es importante que también usted realice su propio seguimiento. Los padres tienen la responsabilidad de suministrar a las escuelas los registros de vacunación solicitados, por lo que es importante que tenga sus propias copias.

Como padre o persona a cargo del cuidado, también asegúrese de estar vacunado para evitar transmitir enfermedades a los niños. Por ejemplo, la vacunación en contra de la tos ferina, también conocida como tos convulsa, requiere una dosis de refuerzo en el futuro para mantener su inmunidad. Para los adultos, tener tos ferina puede parecer solo un simple resfrío. Sin embargo, esta enfermedad puede causar problemas graves si se transmite a un niño que todavía no haya sido vacunado en contra de la enfermedad.

Si no tiene el dinero suficiente para vacunar a su hijo, comuníquese con su departamento de salud local y pregunte sobre los programas de vacunación gratuita dirigidos a niños que cumplan con los requisitos necesarios.



Photo courtesy iStockphoto—Julie Fairman



800 I Street, NW · Washington, DC · 20001-3710  
202-777-APHA · www.aphagetready.org · getready@apha.org