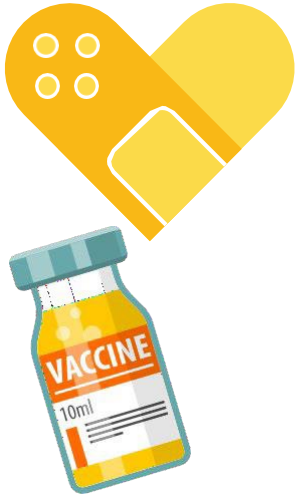
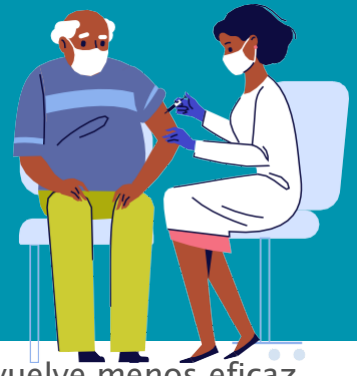


Vacunas

Para personas mayores



A medida que envejecemos, nuestro cuerpo se vuelve menos eficaz a la hora de protegernos de las enfermedades. Las personas de 65 años o más corren un mayor riesgo de enfermarse gravemente de enfermedades como la gripe, el COVID-19, la neumonía y otras. Pero hay una forma de mantenerse protegido: ¡las vacunas!

Las vacunas son una forma segura, eficaz y fácil de proteger a las personas mayores de enfermedades prevenibles que pueden llevar a la hospitalización y a la muerte. Para obtener la máxima protección, asegúrese de estar al día en sus vacunas. Las vacunas recomendadas se basan en su edad e historial de salud y pueden ser necesarias para su trabajo o para viajar. Si no sabe qué vacunas se ha puesto o cuáles necesita todavía, pregunte a su proveedor.

¿Qué vacunas necesito?

Los adultos de 65 años o más deben recibir las siguientes vacunas:

- ◆ **Vacuna contra la gripe:** Debería vacunarse todos los años, especialmente en otoño, para reducir el riesgo de contraer la gripe. Si tiene 65 años o más, pregunte a su proveedor sobre la vacuna antigripal de dosis más alta.
- ◆ **Vacuna COVID-19:** Esta vacuna se actualiza cada cierto tiempo para proteger contra las últimas cepas del virus. Se recomienda que todas las personas a partir de los 6 meses reciban al menos 1 dosis de la vacuna COVID-19 actualizada. Se recomienda a los adultos mayores de 65 años que reciban una dosis adicional de la vacuna actualizada 6 meses después de su dosis anterior (intervalo mínimo de 2 meses). Las personas que fueron vacunadas anteriormente, deben esperar al menos 2 meses antes de recibir la vacuna COVID-19 actualizada.
- ◆ **Vacuna contra la neumonía:** Si tiene 50 años o más debe ponerse esta vacuna. Le protegerá contra infecciones bacterianas graves.
- ◆ **Vacuna contra el herpes zóster:** Esta vacuna de dos dosis protege contra el herpes zóster en adultos mayores, tomada con un intervalo de dos a seis meses para una máxima protección. Recomendada para adultos de 50 años o más, incluso si ha tenido varicela anteriormente. Consulte a su proveedor si ya ha recibido la vacuna Zoster de una dosis.
- ◆ **Vacuna Tdap:** Una dosis de esta vacuna protege contra el tétanos, la difteria y la tos ferina. Puede necesitar un refuerzo cada 10 años.
- ◆ **Vacuna VRS:** Para las personas de 75 años o más, una dosis protege contra el virus respiratorio sincitial (VRS). Se recomienda una dosis única de la vacuna VRS a los adultos de 60 a 74 años y a los mayores con mayor riesgo de enfermedad grave por VRS. Consulte a su proveedor para obtener más información.



Vacunas

Para personas mayores



¿Cómo me vacuno?

- ◆ Acuda a su médico o a su farmacia.
- ◆ Pregunte a su médico si le recomiendan dosis adicionales.
- ◆ Si no tiene un proveedor, visite ph.lacounty.gov/vaccines para obtener una lista de clínicas de vacunación gratuitas y de bajo costo y más información sobre las vacunas.
- ◆ Medicare cubre la mayoría de las vacunas recomendadas sin gastos de su bolsillo. Póngase en contacto con Medicare o a su proveedor del plan Medicare Advantage para saber más sobre lo que cubre el seguro. La información está disponible en: medicare.gov/health-drug-plans/health-plans
- ◆ Lo mejor es que puede recibir la mayoría de las vacunas en la misma visita.



Centro de llamadas de salud pública

Para más información, el Centro de Atención Telefónica de Salud Pública está abierto de 8 a.m. a 8 p.m. los siete días de la semana, en **el teléfono 1-833-540-0473.**



Los Angeles County Department of Public Health

ph.lacounty.gov/vaccines

Vaccines For Older Adults 11/15/24

SPANISH



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health