

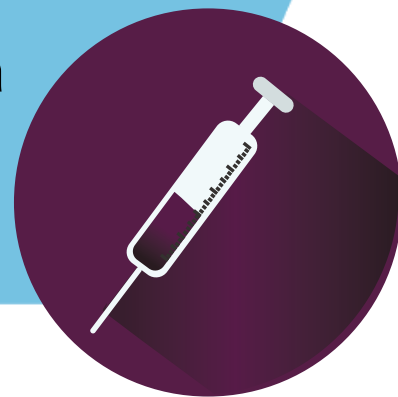
Guía de vacunas para canadienses de edad avanzada

Apoyo al envejecimiento con confianza, independencia y buena salud

Invierno 2024

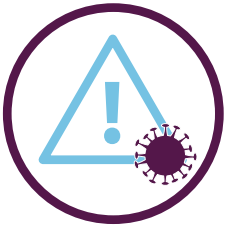
Lea este folleto para aprender sobre lo siguiente:

- ¿Por qué las vacunas son importantes para un envejecimiento saludable?
- Vacunas contra la COVID-19
- Vacunas contra la influenza (vacuna contra la gripe)
- Vacunas contra el VRS (nuevas en 2023)
- Vacunas contra el neumococo (neumonía)
- Vacunas contra el herpes zóster
- Vacunas contra el tétanos y la difteria



¿POR QUÉ LAS VACUNAS SON IMPORTANTES PARA UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE?

Las vacunas son importantes durante toda la vida, sobre todo a medida que envejecemos, para mantener nuestra salud e independencia.



SU INMUNIDAD SE DEBILITA DE FORMA NATURAL A MEDIDA QUE ENVEJECE

A medida que envejece, su sistema inmunitario se debilita de forma natural, lo que le expone a un mayor riesgo de sufrir consecuencias graves por enfermedades infecciosas.



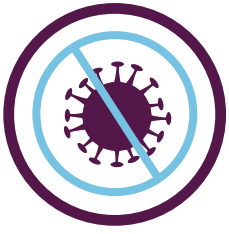
LAS VACUNAS AYUDAN A PREPARAR SU CUERPO PARA COMBATIR LAS INFECCIONES PREVENIBLES POR VACUNACIÓN

Cuando un virus o bacteria nueva entra en el organismo por primera vez, el sistema inmunitario necesita un tiempo para poder combatirlo. Las vacunas indican a su sistema inmunitario cómo prepararse para los virus o las bacterias, lo que permite a su organismo responder con mayor rapidez antes de que una infección cause problemas más graves.



LAS VACUNAS LO AYUDAN A PROTEGER A LOS DEMÁS

Cuanto mayor es el número de personas vacunadas, más difícil resulta que los virus o las bacterias se propaguen e infecten a otras personas. Esto ayuda a proteger a quienes no pueden vacunarse y a aquellos cuyos organismos no pueden desarrollar una respuesta inmunitaria fuerte a una vacuna.



LAS VACUNAS HAN ERRADICADO CIERTAS ENFERMEDADES MORTALES

Las vacunas han funcionado tan bien que hemos podido erradicar ciertas enfermedades en Canadá. Por ejemplo, los canadienses ya no necesitan vacunarse contra la viruela.



LA PROTECCIÓN ADQUIRIDA SE PUEDE DEBILITAR CON EL TIEMPO

Con el tiempo, la protección que proporcionan las vacunas puede disminuir para determinadas enfermedades infecciosas. Recibir dosis de refuerzo puede ayudar a reforzar su inmunidad contra ellas.



LAS VACUNAS SON UNA OPCIÓN SEGURA

Las vacunas pasan por muchas pruebas y se someten a controles constantes, ¡lo que significa que son muy seguras! Los efectos secundarios suelen ser leves y duran pocos días.



¿QUÉ VACUNAS SON IMPORTANTES PARA LOS CANADIENSES DE EDAD AVANZADA?

Con el fin de permitirle mantener su independencia y promover un envejecimiento saludable, se recomienda que se vacune contra las siguientes enfermedades infecciosas:

- COVID-19
- Influenza (gripe)
- Virus respiratorio sincitial (VRS)
- Enfermedad neumocócica (neumonía)
- Herpes zóster
- Tétanos y difteria

Si tiene previsto viajar, puede que le convenga vacunarse contra otras enfermedades (p. ej., hepatitis A y B, fiebre amarilla o rabia).

Consulte a su proveedor de atención médica sobre las distintas opciones de vacunación que necesita, ya que él/ella podrá determinar qué vacunas son necesarias y cuál es el mejor momento para administrarlas.



CONSEJO: Podría ser una buena idea aprovechar su cumpleaños como recordatorio para consultar a su proveedor de atención primaria sobre las vacunas y otras medidas de salud prevenibles a las que podría optar.

¿CUÁNTOS CANADIENSES DE EDAD AVANZADA HAN RECIBIDO LAS VACUNAS RECOMENDADAS?

Uno de los objetivos de la cobertura nacional de vacunación de Canadá es garantizar que, al menos el 80 % de los canadienses de edad avanzada, hayan recibido la vacuna contra el neumococo y la vacuna anual contra la gripe. Según la última Encuesta canadiense sobre la salud de las personas mayores, las tasas de vacunación actuales **siguen siendo demasiado bajas** entre los canadienses de edad más avanzada:

36.3 %

VACUNA CONTRA EL
HERPES ZÓSTER

51.1 %

VACUNA CONTRA EL
NEUMOCOCO

62.4 %

CONTRA LA INFLUENZA
ANUAL (VACUNA
CONTRA LA GRIPE)

VACUNA CONTRA LA COVID-19

TODAS
LAS
EIDADES

UNA
DOSIS CADA
TEMPORADA

GRATIS

¿QUÉ ES LA COVID-19?

La COVID-19 es una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2. Algunos de los síntomas comunes son secreción nasal, estornudos, dolor de garganta y dolor de cabeza.

Los adultos mayores podrían presentar síntomas diferentes (p. ej., fiebre con temperaturas más bajas) o tener síntomas menos comunes (p. ej., náuseas, congestión, diarrea, vómitos, caídas, deshidratación y delirio).

La infección por COVID-19 puede provocar síntomas graves, como dificultad para respirar o dificultad respiratoria grave. Si experimenta estos síntomas, solicite atención médica.

¿POR QUÉ DEBO VACUNARME?

El riesgo de hospitalización debido a una enfermedad grave y de muerte por COVID-19 es mucho mayor entre los adultos mayores, ya que los mayores de 60 años representan el 92 % de las muertes por COVID-19 en Canadá hasta la fecha.

Se espera que las nuevas vacunas contra la COVID-19 respondan mejor contra las cepas actuales del SARS-CoV-2, en comparación con las vacunas anteriores, y mejoren la protección contra la enfermedad grave que pueda haber disminuido desde la última vacunación contra la COVID-19 o la infección por el SARS-CoV-2 de una persona.

¿QUÉ VACUNAS SE RECOMIENDAN?

El National Advisory Committee on Immunization (NACI) de Canadá recomienda que los canadienses de edad avanzada reciban una dosis de la nueva vacuna contra la COVID-19 de mRNA que contiene XBB.1.5 (Moderna o Pfizer-BioNTech). La tabla de la página siguiente indica cuándo se recomienda recibir una dosis de la nueva vacuna contra la COVID-19 de mRNA que contiene XBB.1.5, según el historial de vacunación e infección.

Se recomienda que las personas inmunocomprometidas reciban entre una y dos dosis de la nueva vacuna contra la COVID-19 de mRNA que contiene XBB.1.5, según su estado de vacunación COVID-19 anterior. Estas personas también pueden recibir dosis antes después de una vacuna o infección reciente por COVID-19.

¿Cuántas dosis de vacunas contra la COVID-19 que no contienen XBB.1.5 ha recibido?	¿Cuándo recibir la dosis recomendada?
0	Puede recibirla ahora. Considere esperar 8 semanas si ha experimentado una infección reciente por COVID-19.
1	8 semanas desde la vacunación o infección previa por COVID-19.
2 o más	6 meses desde la vacunación o infección previa por COVID-19.

ACTUALIZACIÓN: A partir de la primavera de 2024, el NACI recomienda que los canadienses de edad avanzada, las personas inmunocomprometidas, los adultos residentes de hogares de cuidados a largo plazo y otros entornos de vida colectiva para adultos mayores puedan recibir una dosis adicional de la vacuna contra la COVID-19 de mRNA que contiene XBB.1.5.

Las vacunas de mRNA de Moderna y Pfizer-BioNTech son las vacunas contra la COVID-19 preferidas, y se recomienda el uso de la vacuna de Novavax original para quienes no quieran o no puedan recibir vacunas de mRNA. Actualmente, el NACI está revisando la vacuna contra la COVID-19 Novavax que contiene XBB.1.5, aprobada en diciembre de 2023, para que pueda brindar más orientación sobre cómo utilizarla mejor.

¿CUÁNTO CUESTAN ESTAS VACUNAS?

Las vacunas contra la COVID-19 están disponibles de forma gratuita para todos los canadienses.

¿DÓNDE PUEDO CONSEGUIR ESTA VACUNA?

Según la provincia o el territorio, las vacunas están disponibles en clínicas de salud pública, atención primaria y algunas clínicas de atención especializada, farmacias y hospitales. **Las vacunas contra la COVID-19 se pueden administrar de forma segura al mismo tiempo, o en cualquier momento antes o después de otras vacunas.** Consulte a su médico para obtener más información.



VACUNA CONTRA LA INFLUENZA (GRIPE)



¿QUÉ ES LA INFLUENZA?

Las infecciones por influenza se pueden producir durante todo el año, pero son más frecuentes durante la "temporada de gripe", normalmente en otoño e invierno, de noviembre a abril.

Los síntomas pueden incluir fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares, fatiga, dolor de garganta, escalofríos, tos y pérdida de apetito. La mayoría de las personas se recuperan en un plazo de siete a diez días, pero algunas pueden sufrir consecuencias más graves, como el empeoramiento de su estado de salud, la hospitalización o la muerte.

¿POR QUÉ DEBO VACUNARME?

Los canadienses de edad avanzada tienen más probabilidades de sufrir consecuencias graves (p. ej., neumonía, ataque cardíaco y muerte). Otras poblaciones de alto riesgo son las que padecen enfermedades crónicas, las embarazadas, las personas que viven en residencias de atención de larga duración u otros entornos de cuidados crónicos, y los pueblos indígenas.

Junto con la neumonía, la influenza ocupa el octavo lugar entre las principales causas de muerte en Canadá, y se calcula que el 90 % de estas muertes se producirán entre 5375 canadienses de edad avanzada en 2022.

¿QUÉ VACUNAS SE RECOMIENDAN?

Hay ocho vacunas contra la influenza disponibles para los canadienses de edad avanzada en dos categorías: vacunas inactivadas contra la influenza (IIV) y una vacuna recombinante contra la influenza (RIV). La mayoría de estas vacunas protege contra cuatro cepas de la influenza, y la IIV tiene diferentes opciones de vacunas: vacunas contra la influenza de dosis estándar o vacunas contra la influenza mejoradas, por ejemplo, la Fluzone High-Dose Quadrivalent (dosis alta) o la Fluad (adyuvante incluido). Solo hay una vacuna RIV disponible, Supemtek, que también es una vacuna contra la influenza mejorada.

El NACI recomienda a los canadienses que se vacunen contra la influenza todos los años, ya que las cepas específicas de las vacunas suelen cambiar cada año para adaptarse mejor a los virus de la influenza actuales y es posible que la respuesta inmunitaria de nuestro organismo no persista más allá de un año.

El NACI recomienda que a los adultos mayores se les ofrezca una de las tres vacunas mejoradas contra la influenza: Fluzone High-Dose Quadrivalent, Fluad o Supemtek. Estas vacunas proporcionan un mayor beneficio sin ninguna diferencia en seguridad. Si estas vacunas no están disponibles, se debe utilizar cualquiera de las otras vacunas contra la influenza.

¿CUÁNTO CUESTAN ESTAS VACUNAS?

Es posible que no todas las vacunas estén disponibles en su región; sin embargo, las que están disponibles se administran de forma gratuita a todos los adultos mayores. Alberta, Manitoba, Nuevo Brunswick, Nueva Escocia, Ontario, Isla del Príncipe Eduardo, Saskatchewan y Yukón administran Fluzone High-Dose Quadrivalent de forma gratuita a las personas mayores que viven en la comunidad. Columbia Británica y Ontario administran Fluad de forma gratuita a las personas de edad que viven en la comunidad. En el resto de Canadá, las vacunas Fluzone High-Dose Quadrivalent y Fluad mejorada están disponibles en su mayoría como un gasto de bolsillo, aunque algunos grupos específicos pueden tener cobertura. Supemtek solo está disponible como gasto de bolsillo en Canadá.

¿DÓNDE Y CUÁNDO PUEDO CONSEGUIR ESTA VACUNA?

Según la provincia o el territorio, las vacunas contra la gripe están disponibles en la atención primaria y en algunas clínicas de atención especializada, farmacias o clínicas de salud pública. Si bien puede vacunarse contra la influenza en cualquier momento durante la temporada de otoño e invierno, **todos los canadienses de edad avanzada deben tratar de recibir su dosis anual lo antes posible en la temporada. La mayoría de vacunas contra la influenza se pueden administrar de forma segura al mismo tiempo, o en cualquier momento antes o después de recibir otras vacunas.** Consulte a su médico para obtener más información.

VACUNA CONTRA EL VRS (NUEVAS EN 2023)

TODAS
LAS
EJES

UNA
DOSIS CADA
TEMPORADA

GRATIS

¿QUÉ ES EL VIRUS RESPIRATORIO SINCITAL (VRS)?

El VRS es un virus que afecta a las vías respiratorias y los pulmones de las personas, y provoca infecciones en las partes superior e inferior de su sistema respiratorio. La transmisión de infecciones por VRS en Canadá sigue un patrón estacional de invierno, que empieza en octubre/noviembre y termina en abril/mayo.

Las infecciones por VRS suelen causar una enfermedad leve con síntomas similares a los del resfriado (p. ej., secreción nasal, tos, estornudos, sibilancias, fiebre, disminución del apetito y la energía). Las personas suelen recuperarse en una o dos semanas, pero las complicaciones pueden incluir enfermedades de las vías respiratorias inferiores (p. ej., neumonía), empeoramiento del estado de salud, hospitalizaciones y muertes.

Dado que las personas solo desarrollan una inmunidad temporal frente al VRS, pueden sufrir reinfecciones por este virus a cualquier edad.

¿POR QUÉ DEBO VACUNARME?

Los grupos en riesgo de sufrir consecuencias graves de las infecciones por VRS son los adultos mayores, las personas con enfermedades pulmonares crónicas, cardiopatías, sistemas inmunológicos comprometidos y aquellos que viven en entornos de atención a largo plazo. Entre los adultos, se ha observado que las tasas de hospitalización son más altas a medida que aumenta la edad, y las tasas anuales son ocho veces más altas entre las personas de 80 años o más en comparación con la tasa general.

Los adultos mayores presentan la mayor tasa de mortalidad atribuible a las infecciones por VRS, más de seis veces superior a la tasa de mortalidad general. Al igual que en el caso de la gripe y la COVID-19, el 85 % de las muertes entre los pacientes hospitalizados por VRS se produjeron entre adultos mayores.

¿QUÉ VACUNAS SE RECOMIENDAN?

En la actualidad, hay una vacuna contra el VRS, Arexvy, disponible en Canadá para adultos mayores de 60 años.

Si bien las recomendaciones del NACI no se publicarán hasta 2024, los **United States Centers for Disease Control and Prevention Advisory Committee on Immunization Practices (CDC ACIP)** recomendaron hace poco que **los adultos de 60 años o más puedan recibir una dosis de la vacuna contra el VRS, a partir de un proceso de toma de decisiones informado** entre las personas y sus proveedores de atención médica.

¿CUÁNTO CUESTAN ESTAS VACUNAS?

Por el momento, estas vacunas solo están disponibles como gasto de bolsillo en Canadá, a excepción de Ontario, que financia Arexvy para los adultos de 60 años o más que viven en residencias de atención de larga duración, residencias de ancianos y para determinados residentes de residencias de ancianos. Si tiene un plan privado de medicamentos, es posible que cubra el costo de esta vacuna.

¿DÓNDE PUEDO CONSEGUIR ESTA VACUNA?

Según la provincia o el territorio, las vacunas están disponibles a través de la atención primaria y algunas clínicas de atención especializada y farmacias.

Hable con su proveedor de atención médica sobre qué vacunas se pueden administrar al mismo tiempo.

VACUNA CONTRA EL NEUMOCOCO

TODAS
LAS
EIDADES

UNA
DOSIS CADA
TEMPORADA

GRATIS

¿QUÉ SON LAS ENFERMEDADES NEUMOCÓCICAS?

Las enfermedades neumocócicas son un grupo de enfermedades causadas por la bacteria *streptococcus pneumoniae* (*S. pneumoniae*). Pueden causar infecciones en los pulmones, el oído, los senos paranasales y, con menor frecuencia, en el torrente sanguíneo o el sistema nervioso central.

La neumonía, una infección pulmonar, es la manifestación grave más frecuente de la enfermedad neumocócica. Los síntomas pueden incluir dificultad para respirar, tos, fiebre, sudoración, escalofríos, fatiga, náuseas y vómitos, dolor torácico, latidos cardíacos más rápidos de lo normal, confusión o delirio, temperatura corporal más baja de lo normal y diarrea. Miles de canadienses, en su mayoría de edad avanzada, sufren consecuencias más graves.

¿POR QUÉ DEBO VACUNARME?

Los canadienses de edad avanzada corren un mayor riesgo de sufrir consecuencias graves, ya que representan la mayoría de las hospitalizaciones y muertes relacionadas con la neumonía que se producen cada año en Canadá. Otros grupos de mayor riesgo son los que padecen determinadas enfermedades crónicas (p. ej., cardiopatías, neumopatías, hepatopatías o diabetes), las personas inmunocomprometidas (p. ej., infección por VIH, receptores de trasplantes) y las que presentan determinados factores sociales o de comportamiento (p. ej., tabaquismo, falta de vivienda).

Junto con la influenza, la neumonía fue la décima causa de muerte en Canadá en 2021.

¿QUÉ VACUNAS SE RECOMIENDAN?

En Canadá, se administran dos tipos de vacunas contra el neumococo:

- Vacuna antineumocócica polisacárida (PPV23)
- Vacuna neumocócica conjugada (PCV10, PCV13, PCV15, PCV20)

El número que aparece en el nombre de cada vacuna indica contra cuántos tipos de la bacteria *S. pneumoniae* protege.

El NACI recomienda a todos los adultos mayores de 65 años que se vacunen con Pevnar 20 (PCV20), sin importar si han recibido previamente o no una vacuna contra el neumococo. Como alternativa, quienes nunca hayan recibido una vacuna contra el neumococo pueden recibir Vaxneuvance (PCV15) seguida de Pneumovax 23 (PPV23) un año después.

Para los adultos mayores que hayan recibido Pneumovax 23 sola o junto con Pevnar 13 (PCV13), el NACI recomienda que se administre Pevnar 20 después de cinco años. Para los adultos mayores que hayan recibido Pevnar 13 solo, el NACI recomienda que se administre Pevnar 20 después de un año.

El NACI sigue apoyando el uso continuado de Pevnar 13 y Pneumovax 23 en adultos solo cuando Vaxneuvance o Pevnar 20 no estén disponibles o sean inaccesibles.

¿CUÁNTO CUESTAN ESTAS VACUNAS?

La vacuna Pneumovax 23 se suministra de forma gratuita a todos los adultos mayores de 65 años en todo Canadá, mientras que la cobertura de la vacuna Pevnar 13 varía. En la actualidad, las vacunas Vaxneuvance y Pevnar 20 solo están disponibles como gasto de bolsillo en Canadá, excepto en Quebec, que financia Pevnar 20 para grupos específicos de alto riesgo. Si tiene un plan privado de medicamentos, es posible que este cubra el costo de esta vacuna.

¿DÓNDE PUEDO CONSEGUIR ESTA VACUNA?

Según la provincia o el territorio, las vacunas están disponibles en los centros de atención primaria y en algunos centros de atención especializada, farmacias o centros de salud pública. **Las vacunas contra el neumococo se pueden administrar de forma segura al mismo tiempo que algunas de las otras vacunas comentadas en este folleto.** Consulte a su médico para obtener más información.



VACUNA CONTRA EL HERPES ZÓSTER

TODAS
LAS
EIDADES

UNA
DOSIS CADA
TEMPORADA

GRATIS

¿QUÉ ES EL HERPES ZÓSTER?

El herpes zóster es una infección causada por la reactivación del virus de la varicela. La infección por herpes zóster se presenta a menudo como una erupción dolorosa y con ampollas, acompañada de dolor de cabeza y fiebre. Más allá de estos síntomas, las personas también pueden experimentar consecuencias graves, como dolor intenso y prolongado conocido como neuralgia posherpética, que dura más de 90 días y, a veces, años. También puede presentar otras complicaciones, como parálisis nerviosa, pérdida de visión y problemas de audición o equilibrio.

¿POR QUÉ DEBO VACUNARME?

Cualquier persona que haya tenido varicela puede contraer herpes zóster. Sin embargo, la mayoría de los casos se dan en personas mayores de 50 años y, a menudo, se presentan de forma más grave en este grupo de edad. Otros grupos de alto riesgo son los que tienen el sistema inmunitario debilitado o padecen enfermedades crónicas.

¿QUÉ VACUNAS SE RECOMIENDAN?

En la actualidad, hay una vacuna contra el herpes zóster, Shingrix, disponible en Canadá. La vacuna Shingrix requiere dos dosis, que se recomienda administrar en un período de dos a seis meses.

En ensayos clínicos, **la vacuna Shingrix ha demostrado una eficacia superior al 90 % en la prevención del herpes zóster** en adultos de 50 años o más.

El NACI recomienda que los canadienses mayores de 50 años se vacunen con Shingrix, incluidos aquellos que han sido vacunados previamente con la vacuna más antigua Zostavax II y aquellos que han tenido un episodio previo de herpes zóster.

¿CUÁNTO CUESTA ESTA VACUNA?

Alberta, Ontario, la Isla del Príncipe Eduardo, Quebec, Yukon, la Autoridad Sanitaria de las Primeras Naciones en Columbia Británica y los programas del gobierno federal para los pueblos de las Primeras Naciones e Inuit, los veteranos y los detenidos, actualmente proporcionan la vacuna Shingrix de forma gratuita a ciertas personas de edad avanzada y otros grupos de alto riesgo.

Si tiene un plan privado de medicamentos, es posible que este cubra el costo de esta vacuna.

¿DÓNDE PUEDO CONSEGUIR ESTA VACUNA?

Según la provincia o el territorio, las vacunas Shingrix están disponibles en los centros de atención primaria y en algunos centros de atención especializada, farmacias o centros de salud pública. **Las vacunas Shingrix se pueden administrar de forma segura al mismo tiempo que la mayoría de las demás vacunas comentadas en este folleto.** Consulte a su médico para obtener más información.



VACUNA CONTRA EL TÉTANOS Y DIFTERIA

TODAS
LAS
EIDADES

UNA
DOSIS CADA
TEMPORADA

GRATIS

¿QUÉ SON EL TÉTANOS Y LA DIFTERIA?

El tétanos (trismo) y la difteria son enfermedades raras pero graves que pueden ser mortales.

El tétanos provoca espasmos musculares dolorosos y dificultad para tragar, lo que más adelante puede tener consecuencias graves (p. ej., fracturas, muerte).

La difteria puede causar numerosos síntomas, como fiebre leve, dificultad para tragar, infecciones cutáneas, dolor de garganta, malestar y pérdida de apetito. En ocasiones, estos síntomas pueden tener consecuencias graves en todo el organismo, como alteraciones del sistema nervioso central e insuficiencia cardíaca.

¿POR QUÉ DEBO VACUNARME?

Los niños y los ancianos son más propensos a sufrir consecuencias graves de estas enfermedades, y las personas mayores de 60 años tienen el mayor riesgo de muerte por tétanos.

También se ha descubierto que el nivel de protección contra estas enfermedades disminuye con el tiempo tras la vacunación, lo que resalta la necesidad de recibir dosis adicionales a medida que envejecemos.

¿QUÉ VACUNAS SE RECOMIENDAN?

En Canadá, las vacunas contra el tétanos y la difteria no se administran por separado, sino juntas en una sola dosis.

El NACI recomienda que los adultos completamente inmunizados reciban una dosis de refuerzo de las vacunas contra el tétanos y la difteria (Td) cada 10 años.

En el caso de las personas que no hayan sido inmunizadas en la edad adulta, se recomienda primero una dosis de la vacuna Tdap (que también protege contra la tos ferina [pertussis]). En el caso de los adultos que nunca han recibido estas vacunas, se recomienda primero una dosis de la vacuna Tdap-IPV (Tdap más la prevención de la poliomielitis), junto con dos dosis de cualquier vacuna que contenga Td (p. ej., Td, Tdap, Tdap-IPV). Su proveedor de atención médica puede ayudarle a determinar la secuencia de vacunaciones adecuada para usted.

¿CUÁNTO CUESTAN ESTAS VACUNAS?

Solo algunas provincias y territorios financian públicamente las vacunas Td cada 10 años. Sin embargo, la mayoría de las jurisdicciones ofrecen cobertura para las vacunas Tdap.

¿DÓNDE PUEDO CONSEGUIR ESTA VACUNA?

Según la provincia o el territorio, las vacunas están disponibles en los centros de atención primaria y en algunos centros de atención especializada, farmacias o centros de salud pública. **Estas vacunas se pueden administrar de forma segura al mismo tiempo que todas las demás vacunas comentadas en este folleto.** Consulte a su médico para obtener más información.



¿DÓNDE PUEDO CONSULTAR LAS VACUNAS QUE HE RECIBIDO?

- 1) Comuníquese con su proveedor de atención primaria, ya que debe tener un registro de sus vacunas
- 2) Comuníquese con la oficina local de salud pública donde recibió las vacunas cuando era niño, ya que la mayoría mantiene un registro
- 3) Si no puede confirmar su historial de vacunación, hable con su proveedor de atención médica, ya que hay otras formas de intentar averiguarlo

MANTENER UN REGISTRO DE SUS VACUNACIONES

Puede llevar un registro de sus vacunas de una de las siguientes maneras:

- 1) Descargue e imprima la página siguiente. Pida a su proveedor de atención médica que registre cada vacuna que usted reciba en este cuadro. Guarde este registro en un lugar seguro junto con el resto de sus documentos médicos importantes.
- 2) Pida a su proveedor de atención médica o a la oficina de salud pública una cartilla o libreta para llevar un registro de sus vacunas.
- 3) Utilice **GRATIS la página web y la aplicación CANImmunize** para hacer un seguimiento de sus vacunas desde su computadora, teléfono o tableta.
 - Almacene y acceda de forma segura a su cartilla de vacunación
 - Reciba recordatorios de cuándo debe vacunarse
 - Obtenga datos sobre vacunación específicos de su región

Para utilizar esta plataforma, haga clic en cualquiera de los siguientes íconos:

Visite la página web



Vacuna y número de lote	Dosis	Fecha de administración DD/MM/AAAA	Firma del proveedor de salud	Fecha de la siguiente dosis

¿DÓNDE PUEDO ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN?

La Public Health Agency of Canada ha creado varios recursos públicos:



No solo para niños: Guía de vacunación para adultos

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/just-kids-adult-guide-vaccination.html>



Vacunas contra la Covid-19

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/coronavirus-disease-covid-19/vaccines.html>



Gripe (Influenza)

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/flu-influenza.html>



Seguridad de las vacunas y posibles efectos secundarios

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/vaccination-children/safety-concerns-side-effects.html>



Enfermedades prevenibles por vacunación (causas, síntomas, riesgos, tratamiento, etc.)

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases.html?vaccine-preventable>



Programas provinciales y territoriales de vacunación sistemática para adultos sanos previamente inmunizados

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/provincial-territorial-immunization-information/routine-vaccination-healthy-previously-immunized-adult.html>



Información sobre vacunación (páginas web y calendarios) de cada provincia y territorio

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/provincial-territorial-immunization-information.html>

AUTORES

Dr. Samir K. Sinha, MD, DPhil, FRCPC, FCAHS, AGSF

Director de geriatría de Sinai Health y University Health Network;
Director de investigación de políticas de salud, National Institute on Ageing;
Profesor, Departments of Medicine, Family and Community Medicine, Health Policy,
Management and Evaluation, University of Toronto

Arushan Arulnamby, MPH

Analista de políticas, National Institute on Ageing, Toronto Metropolitan University

REVISORES EXPERTOS

Expresamos nuestro agradecimiento a los colaboradores que nos han orientado sobre el contenido de este folleto.

Dra. Jennie Johnstone, MD, PhD, FRCPC

Directora médica, Infection Prevention and Control, Sinai Health;
Directora de Infectious Diseases Departmental Division, University of Toronto;
Profesora asociada, Department of Laboratory Medicine and Pathobiology, University of Toronto

Sra. Sabina Vohra-Miller, MSc

Fundadora de Unambiguous Science

Este folleto ha sido financiado con subvenciones educativas sin restricciones de CSL Seqirus, GlaxoSmithKline, Moderna y Sanofi.



moderna

sanofi

Toda la investigación, la redacción y las recomendaciones contenidas en este documento han sido elaboradas de forma independiente por el NIA sobre la base de pruebas sólidas. Cualquier opinión o error reflejado en este informe es responsabilidad exclusiva del NIA.

Autor: National Institute on Ageing

Creado en: Diciembre de 2022 (actualizado en enero de 2024)



NIA NATIONAL
INSTITUTE
ON AGEING*



**Sinai
Health**

Healthy Ageing
and Geriatrics