

El verano está lleno de actividades que nos encantan: ya sea pasar tiempo al aire libre con familiares y amistades, mantenerse activo o disfrutar de unas relajantes vacaciones. Sin embargo, el COVID-19 sigue propagándose durante el verano y representa un riesgo particular para las personas de 50 años o más. No es demasiado tarde para vacunarte si tienes 50 años o más y aún no has recibido la vacuna 2024-2025.¹

No dejes que el COVID-19 interrumpa tus planes. La vacunación es una forma simple y eficaz de protegerte contra enfermedades respiratorias graves, y te ayuda a seguir haciendo lo que más te gusta.



1 Asegura que tus planes de verano sigan en marcha

El impacto de las enfermedades respiratorias infecciosas es considerable, especialmente para las personas mayores, y puede afectar gravemente tu salud, interrumpir tu rutina diaria y convertirse en una carga financiera. Aunque el verano es un buen momento para viajar, salir al aire libre o comenzar un nuevo pasatiempo, el COVID-19 puede interferir con tus planes y provocar síntomas que pueden durar entre 7 y 21 días.²

2 Disfruta tiempo con las personas que amas

Los días largos y las noches cálidas del verano son la oportunidad perfecta para reunirte con quienes más quieres y crear recuerdos inolvidables. Sin embargo, si tienes 50 años o más, es importante recordar que estás en mayor riesgo de enfermarte gravemente si te contagias de COVID-19.³ Mantenerse al día con las vacunas es la mejor manera de protegerte a ti y a tus seres queridos de las enfermedades respiratorias graves mientras disfrutan del verano.

3 Evita los síntomas a largo plazo y mantente fuera del hospital

Las enfermedades respiratorias pueden afectar tu salud durante todo el año. Por ejemplo, una infección por COVID-19 puede provocar efectos secundarios a largo plazo, como tos persistente, ansiedad o depresión y fatiga crónica, entre otros.⁴ Vacunarte es la mejor forma de prevenir que aparezcan estos síntomas prolongados.

Prevenir es proteger. Disfruta de todo lo que te gusta este verano manteniéndote al día con tus vacunas.

¹ <https://www.cdc.gov/ncird/whats-new/cdc-updates-vaccine-recommendations.html>

² <https://www.medicalnewstoday.com/articles/323886>

³ <https://www.cdc.gov/covid/vaccines/stay-up-to-date.html>

⁴ <https://www.nytimes.com/2025/03/10/well/covid-long-term-health-damage.html>