CVEEP

Las fiestas saludables comienzan ahora: Protégete y protege a tus seres queridos

La temporada de fiestas es un momento para reunirte con familiares y amigos. También es una época del año en la que las enfermedades respiratorias, como la gripe, el COVID-19, el VRS (virus respiratorio sincitial) y la enfermedad neumocócica, pueden propagarse con mayor facilidad.

No permitas que una enfermedad interrumpa tus planes para las fiestas de fin de año. Vacunarte puede protegerte a ti y a tus seres queridos contra las complicaciones graves, para que puedas concentrarte en crear y compartir momentos especiales juntos.

Las vacunas están incluidas: sin costo para ti

Las vacunas recomendadas están disponibles sin costo para ti a través de planes de salud públicos como Medicare, Medicaid, TRICARE y otros, así como mediante aseguradoras privadas.

Prepárate con anticipación

Antes de que comience la temporada de fiestas, tómate un momento para verificar que estés al día con las vacunas recomendadas. Las enfermedades respiratorias pueden propagarse durante los meses de invierno, y vacunarte antes de las reuniones familiares le da a tu cuerpo tiempo para desarrollar protección contra enfermedades graves. Un proveedor de atención médica puede ayudarte a entender qué vacunas son las más adecuadas para ti y tu familia.

Habla con tu proveedor de atención médica sobre cuáles vacunas son recomendadas para ti, encuentra un centro de vacunación cercano y utiliza nuestra lista de verificación para citas médicas para ayudarte a prepararte para tu visita.

Infórmate sobre las vacunas recomendadas para ti

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y las principales sociedades médicas recomiendan las siguientes vacunas para los adultos según la edad, enfermedades y otros factores:

COVID-19

Las vacunas contra el COVID-19 para la temporada 2026-2027 se recomiendan para las personas de 6 meses de edad o más, según su edad y estado de salud.

Para los adultos:

- Los CDC (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades) y las principales sociedades médicas recomiendan la vacunación contra el COVID-19 para todos los adultos.
- La vacunación es especialmente importante para las personas que tienen un mayor riesgo a causa del COVID-19.

Para las mujeres embarazadas:

- El Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (ACOG) recomienda la vacunación contra el COVID-19 para las mujeres embarazadas.
- El embarazo aumenta el riesgo de sufrir complicaciones graves a causa del COVID-19. Habla con tu proveedor de atención médica para saber lo que es más adecuado para ti.

Para los niños:

- Los CDC recomiendan la vacunación para los niños y adolescentes de 6 meses a 17 años que estén inmunocomprometidos, o mediante una decisión clínica compartida.
- Las principales sociedades médicas recomiendan la vacunación para todos los niños pequeños

  *Todos los niños pequeños de 6 a 23 meses de edad.
  *Niños y adolescentes de 2 a 18 años que pertenezcan a determinados grupos de riesgo o cuando así lo deseen.

Existen diferentes vacunas contra el COVID-19 para distintos grupos de edad, y el número de dosis recomendadas puede variar según la edad, el estado de salud y los antecedentes de vacunación de cada persona.

La gripe

Las vacunas contra la gripe se recomiendan para todas las personas de 6 meses de edad en adelante, incluidas las mujeres embarazadas, para ayudar a reducir el riesgo de enfermedades graves.

Enfermedad Neumocócica

Las vacunas contra la enfermedad neumocócica se recomiendan para todos los niños menores de 5 años y para todos los adultos de 50 años o más.

También se recomienda protección adicional para algunos niños y adultos con ciertas condiciones médicas que aumentan su riesgo de contraer la enfermedad neumocócica.

- Los niños de 2 a 18 años pueden necesitar vacunas neumocócicas adicionales además de la serie rutinaria de la infancia, según su edad, historial de vacunación y condición de salud (por ejemplo, enfermedades crónicas del corazón, hígado, riñones o pulmones, incluidos algunos casos de asma, sistemas inmunitarios debilitados e implantes cocleares).
- A algunos adultos de 19 a 49 años se les puede recomendar recibir vacunas neumocócicas según su historial de vacunación y condición de salud (por ejemplo, enfermedades crónicas del corazón, hígado, riñones o pulmones, diabetes y consumo de cigarrillos).

VRS (Virus Respiratorio Sincitial)

Para todos los adultos de 50 años o más:

Se recomienda una sola dosis de la vacuna contra el VRS para:

- Todos los adultos de 75 años o más.
- Los adultos de 50 a 74 años que tengan un mayor riesgo de sufrir una enfermedad grave por VRS, como aquellas personas con enfermedades crónicas del corazón, hígado, riñones o pulmones, diabetes, obesidad, o quienes viven en centros de cuidados a largo plazo.

La temporada de VRS puede variar según la región del país. Si vives en Alaska, Florida o fuera de los Estados Unidos continentales, consulta con un profesional médico sobre cuándo se espera la temporada del VRS en tu área.

Para los bebés:

- Se recomienda la vacunación materna contra el VRS o la inmunización del bebé para ayudar a prevenir enfermedades graves causadas por el VRS en los bebés.

  *Las mujeres embarazadas pueden vacunarse contra el VRS entre las semanas 32 y 36 del embarazo, durante la temporada del VRS para proteger al bebé desde el nacimiento.

  Los CDC recomiendan la vacunación entre septiembre y enero en la mayor parte de los Estados Unidos continentales. El Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (ACOG) recomienda ampliar el período de vacunación del 1 de septiembre al 1 de marzo para todas las embarazadas que cumplan con los criterios de elegibilidad. Habla con tu proveedor de atención médica sobre cuál es el momento más adecuado para ti.

  *Si la madre de un bebé no recibe la vacuna contra el VRS durante el embarazo, se puede administrar un anticuerpo preventivo después del nacimiento a los bebés menores de 8 meses que vayan a pasar su primera temporada de VRS.

Para los niños pequeños:

- También hay anticuerpos preventivos disponibles para niños pequeños de entre 8 y 19 meses de edad que tienen un mayor riesgo de desarrollar una enfermedad grave por VRS y que van a entrar en su segunda temporada de VRS.

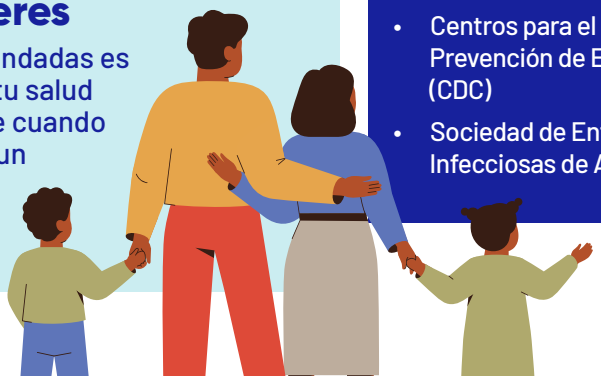
Evita las enfermedades graves y disfruta de la temporada

Vacunarte puede marcar la diferencia entre una infección leve y una enfermedad grave. Un caso de gripe, COVID-19, VRS o enfermedad neumocócica puede provocar problemas de salud que persistan mucho después de que terminen las celebraciones.

La vacunación puede ayudarte a reducir estos riesgos durante las fiestas y en los meses siguientes.

Protege a quienes más quieres

Mantenerte al día con las vacunas recomendadas es una de las mejores maneras de ayudar a proteger tu salud durante esta temporada de fiestas, especialmente cuando compartes tiempo con seres queridos que tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente. Esto incluye a los bebés, los adultos mayores y las personas con ciertas condiciones de salud.



Para obtener más información sobre las vacunas recomendadas para ti, habla con tu proveedor de atención médica o visita:

- Academia americana de pediatría (AAP)
- Academia americana de médicos de familia (AAFP)
- Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (ACOG)
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)
- Sociedad de Enfermedades Infecciosas de América (IDSA)

cveep.org

UPDATED: 11/2026