



Tu Farmacéutico de Atención Primaria te ayuda

¡VACÚNATE!

GANA LA MEDALLA A LA PROTECCIÓN DE LA SALUD



CLIC para
más información

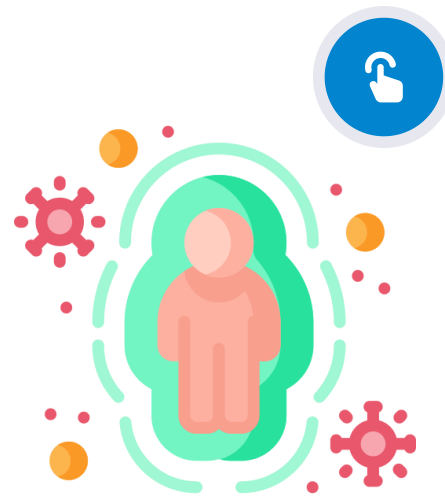
+ info CLIC para ir a
otras infografías

¡Las vacunas salvan vidas! Gracias a las vacunas, infecciones que podían llegar a producir la muerte han desaparecido, como la viruela, o son casi inexistentes, como el sarampión.

¿Por qué es importante que te vacunes?

¿Qué hacen las vacunas?

Fortalecen
tu sistema de defensas
contra bacterias y
virus.



¿Sabes qué es un calendario de vacunación?



Es un
documento que
incluye las vacunas que
se recomienda administrar
a la población de un área.

Tipos: General (en
función de la edad) o
específicos de algunas
situaciones.

Para
protegerte a ti y
a las personas que
te rodean.

Si tú no te infectas porque
estás protegido, tampoco
puedes transmitir la
infección a otras
personas.



Depende
de tu destino.

¡Consulta en un Centro de
Vacunación Internacional!



¿Las vacunas son seguras?

¡Sí!

Como cualquier fármaco,
no están exentas de
riesgos, pero los posibles
efectos adversos suelen
ser leves.

Para saber qué son los
"efectos adversos":

+ info



Si viajas al extranjero, ¿deberías ponerte alguna vacuna?



Ante cualquier duda, consulta a un farmacéutico u otro profesional sanitario

Para saber más:

- Vacunas y programas de vacunación: seguridad de las vacunas y beneficios. Ministerio de Sanidad. Gobierno de España.

- Vacunas e inmunización: ¿qué es la vacunación?. Ministerio de Sanidad. Gobierno de España. Organización Mundial de Salud.

Atribuciones de imágenes: Todas las imágenes by Flaticon.com (citación de autoría en "Clic para más información" de "Autoría y revisión")

Publicación: 10/2024. Nº 33

Editado en Madrid por la Sociedad Española de Farmacéuticos de Atención Primaria (SEFAP)

ISSN 2952-1734

Para consultas o información sobre conflictos de intereses:
pacientes@sefap.org

Autores: C. Casado Reina (CPC, SEFAP), C. Mozo Avellaneda (CPC, SEFAP), B. Escudero Vilaplana (CEI, SEFAP), GM. Silva Riadigos (CEI, SEFAP)

Revisión interna: E. Prieto Utiel (CPC, SEFAP)

Con la colaboración del Plan Nacional frente a la Resistencia a los Antibióticos (PRAN), proyecto coordinado por la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS) adscrita al Ministerio de Sanidad



"Infografías sobre medicamentos dirigidas a pacientes y ciudadanía". Más información sobre medicamentos en www.sefap.org/ciudadania

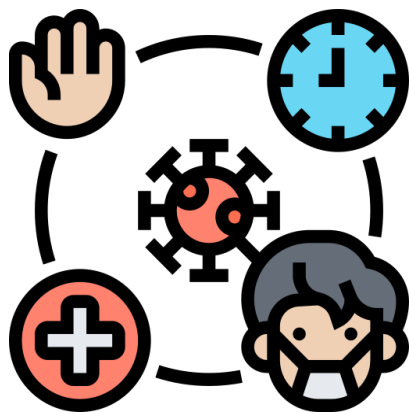
+ infoCLIC para ir a
otras infografías

Al hacer clic en el botón de "+ info", accederás a otra infografía (o folleto) que hemos elaborado desde SEFAP y que contiene información sobre el aspecto del que estamos hablando en ese punto.



¿Qué hacen las vacunas?

- ¿Has oído el dicho "más vale prevenir que curar"?, pues las vacunas son medicamentos con esta finalidad, en vez de tratar una enfermedad, directamente **evitan que enfermes o, si lo haces, que la enfermedad sea mucho más leve.**



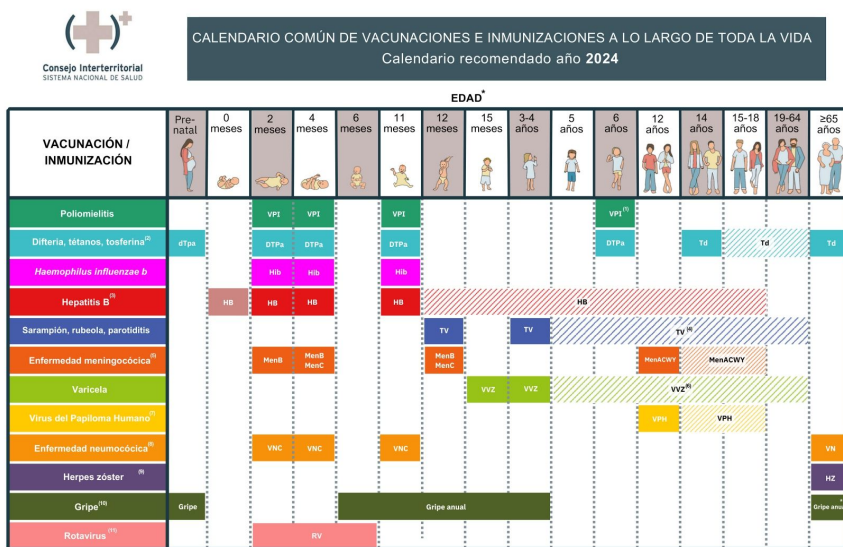
- El ejemplo más reciente que tenemos es el de la infección por COVID-19. Cuando apareció, la enfermedad que producía era muy grave, incluso mortal en muchos pacientes. Gracias a la vacunación, actualmente el número de personas que se infectan es mucho menor y, cuando lo hacen, la mayoría tiene solo síntomas leves, incluso inexistentes.
- ¿Y cómo actúan? Las vacunas **ponen en marcha las defensas naturales de tu cuerpo**, y de ese modo, evitan o reducen el riesgo de que contraigas determinadas infecciones. Tras la administración de una o más dosis de una vacuna contra una bacteria o un virus concreto, quedas protegido normalmente durante años, o incluso durante toda la vida.



Calendarios Vacunales:

En España tenemos los siguientes calendarios para la población que vive en todo el Territorio Nacional. Son calendarios de mínimos ya que cada Comunidad Autónoma puede ampliarlos, es decir, incluir más situaciones en las que es recomendable vacunar:

- **Calendario a lo largo de toda la vida** → Incluye todas las vacunas que son recomendables administrar según tu edad. Es importante que sepas que no sólo incluye vacunas durante la infancia, sino también en la edad adulta. Si bien es cierto, la mayoría de las vacunas se administran en la infancia para proteger de forma precoz frente a determinadas enfermedades que pueden ser graves. Por ejemplo, te mostramos el del 2024:



Las recomendaciones de vacunación / inmunización frente a COVID-19 y VRS se valorarán al final de la temporada 2023-2024

* La edad puede variar ligeramente en los programas que se implementan en centros escolares

** A partir de los 60 años de edad

Calendario aprobado por la Comisión de Salud Pública del Consejo Interterritorial del SNS el 15 de febrero de 2024

Administración sistemática

RS: Administración en personas susceptibles o
RS: no vacunadas con anterioridad

Calendario común de vacunaciones e inmunizaciones a lo largo de toda la vida. Calendario recomendado año 2024 | Página 1 de 3

• Calendarios especiales:

- **Calendario en grupos de riesgo** → Incluye las vacunas que son recomendables administrar a personas con riesgos, como pueden ser: las embarazadas, los bebés prematuros y pacientes con enfermedades concretas.
- **Calendario acelerado** → Incluye las vacunas que son recomendables administrar a personas que no tienen documentadas las vacunas aconsejadas en nuestro país con las pautas correctas. Por ejemplo, personas procedentes de países con otros calendarios de vacunación o aquellas que no hayan recibido todas o alguna dosis de alguna vacuna que les corresponda.

Si quieres consultar los calendarios vigentes “*Calendarios de vacunación nacionales*”, haz clic aquí: [🔗](#)

Información sobre la elaboración/diseño de la infografía:



Autores:

- **Cristina Casado Reina** (Coordinadora del Comité de Pacientes y Ciudadanía, SEFAP): Licenciada en Farmacia por Universidad Complutense de Madrid. Farmacéutica Especialista en Farmacia Hospitalaria. Diplomada en Estadística en Ciencias de la Salud por la Universidad Autónoma de Barcelona.
- **Carmela Mozo Avellaned** (Miembro del Comité de Pacientes y Ciudadanía, SEFAP): Licenciada en Farmacia por la Universidad de Navarra. Farmacéutica Especialista en Farmacia Hospitalaria.
- **Belén Escudero Vilaplana** (Miembro del Comité de Enfermedades Infecciosas, SEFAP): Licenciada en Farmacia por la Universidad Complutense de Madrid. Farmacéutica Especialista en Farmacia Hospitalaria.
- **Genma María Silva Riádigos** (Miembro del Comité de Enfermedades Infecciosas, SEFAP): Licenciada en Farmacia por la Universidad de Santiago de Compostela. Farmacéutica Especialista en Farmacia Hospitalaria.

Revisión Interna: **Eva Prieto Utiel** (Miembro del Comité de Pacientes y Ciudadanía, SEFAP): Licenciada en Farmacia por la Universidad Complutense de Madrid. Farmacéutica Especialista en Farmacia Hospitalaria. Board of Pharmacy Specialties en Farmacia Psiquiátrica.

Con la colaboración del Plan Nacional frente la Resistencia a los Antibióticos (PRAN), proyecto coordinado por la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS) adscrita al Ministerio de Sanidad.

Bibliografía:

- Ministerio de Sanidad; Gobierno de España. Vacunas y Programas de vacunación: calendario de vacunación a lo largo de toda la vida" [internet]. España: Gobierno de España; 2024. [Consultado el 7 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/vacunaciones/home.htm>
- Organización Mundial de la Salud. Vacunas e inmunización: ¿qué es la vacunación? [internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud. [Consultado el 7 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/vaccines-and-immunization-what-is-vaccination>
- Consejo de redacción INFAC. Profilaxis en viajes internacionales. INFAC [Internet]. 2018;26(5):37-45 [Consultado el 21 de agosto de 2024]. Disponible en: https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/cevime_infac_2018/es_def/adjuntos/INFAC_Vol_26_n5_profilaxis_viajes.pdf

Atribución de imágenes:

- Todas las imágenes de Flaticon.com con la siguiente atribución: Medalla-mundo by amonrat rungreangfangsai; Silueta-protegida by Freepik; Calendario by Freepik; Inmunidad-Grupo by Gowy; Vacunación-segura by Freepik; Viajar-vacunas by Freepik; Vacunación-segura2 by Tulpahn; Rítmica by Slamlabs; Prevención-Enfermedades by Eucalyp; Inmunidad-Rebaño by Isared Honghin; Investigación by Wanicon.

Conflictos de intereses y ficha legal:

- Esta infografía dispone de una ficha legal relacionada con su elaboración. Incluye información ampliada sobre las fuentes, atribución de imágenes, derechos de autor, licencia de autor de la infografía, conflictos de intereses de los autores y de SEFAP y de las sociedades científicas colaboradoras.
- Para consultas sobre estos temas escriba a: pacientes@sefap.org



CLIC para
más información



Este cuadro informa sobre la existencia de información ampliada.

Concretamente, **al hacer clic en los círculos parpadeantes** que hay a lo largo de la infografía, **se abrirá información ampliada** del punto en concreto en el que nos encontremos: explicaciones, vínculos a otras fuentes...

Si viajas al extranjero, ¿deberías ponerte alguna vacuna?

- Infórmate con tiempo de todos los aspectos relacionados con la salud antes de tu viaje. Para ello, **pide cita en un Centro de Vacunación Internacional mínimo con 4-8 semanas de antelación al viaje** y, preferiblemente, en el momento de conocer el destino del mismo.
 - Si quieres consultar la "*Relación de Centros de Vacunación Internacional*" haz clic aquí: [!\[\]\(6841ca9b0e023296428e7c9e683b9367_img.jpg\)](#)
- En el Centro de Vacunación Internacional valorarán las posibles enfermedades infecciosas de la zona a la que vas a viajar y **te indicarán las medidas de prevención, incluidas las vacunas que deberías ponerte.**
- Las vacunas tardan días, incluso semanas, en hacer su efecto de protección frente a las enfermedades, por ello, es necesario que pidas cita con tiempo suficiente.
- Algunas vacunas, como la de la fiebre amarilla, te la administrarán allí mismo, para otras, tendrás que acudir a tu centro de salud.



El aumento del número de viajeros que se dirigen a países exóticos o tropicales ocasiona que muchas personas estén expuestas a enfermedades diferentes a las de su entorno habitual, siendo conveniente conocer los riesgos y las medidas preventivas a adoptar.



Antes del viaje

No dejar para el final los aspectos sanitarios del viaje.

PREPÁRELO:

Consulte con un
CENTRO DE VACUNACIÓN INTERNACIONAL

al menos
un mes y medio
antes del inicio del viaje.



SE FACILITARÁ:

- Información individualizada sobre vacunaciones y demás medidas preventivas para el viaje.
- Vacunaciones obligatorias o recomendadas.
- Certificado de Vacunación Internacional en caso de ser necesario.
- Medidas para prevenir el paludismo o malaria.
- Información sobre la prevención de riesgos relacionados con:
 - alimentos y bebidas
 - el entorno: sol, baños, insectos, altitud, clima, ...
- Consejos para prevenir Infecciones de transmisión sexual.



Durante el viaje



Después del viaje



Si quieres acceder al cartel completo "*La Salud También Viaja*" del Ministerio de Sanidad haz clic aquí: [!\[\]\(465772ce2fc0e39b7001e2580b915cc2_img.jpg\)](#)



¿Las vacunas son seguras?

- **Las vacunas son seguras**, pero, al igual que todos los fármacos, no están exentas de riesgos. **Pueden tener efectos adversos, pero suelen ser leves y temporales**, como dolor en el brazo o fiebre baja. Aunque no puede descartarse que puedan ocasionar efectos adversos graves, la frecuencia con la que éstos se producen es muy baja.
 - Si quieres saber más sobre efectos adversos de los medicamentos puedes consultar la infografía “¿Sabes qué son los efectos adversos de los medicamentos?”, haciendo clic aquí: [+ info](#)

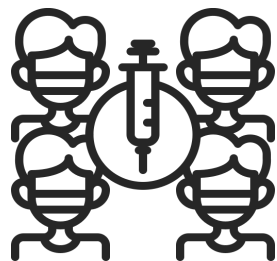


- Antes de que sean aprobadas para que puedan utilizarse, todas las vacunas **son sometidas a estrictas pruebas de seguridad y eficacia. Sólo se comercializan si el beneficio que aportan es superior a los riesgos que puedan producir**. Además, una vez autorizadas y puestas en el mercado, siguen siendo evaluadas. Así, es mucho más probable que tengas problemas debido a una infección, que efectos adversos debido a su vacuna.



¿Por qué es recomendable que te vacunes?

- La vacunación ha contribuido a reducir tanto el número de personas que tienen infecciones como la mortalidad de la población debida a ellas.
- **Vacunarte evita que contraigas infecciones y, por tanto, que enfermes.** Estas infecciones podrían producir enfermedades graves, incluso la muerte, por lo que las vacunas salvan vidas. Por el contrario, si no te vacunas, no sólo tienes el riesgo de contraer más infecciones, sino que además puedes transmitirlos a otras personas. Por ello, aunque la vacunación es un acto voluntario, **si te vacunas, además de protegerte a ti, estás protegiendo a personas de tu entorno.**



- Por otro lado, **hay personas que por su situación clínica no pueden vacunarse**, pero **si las personas de su entorno se vacunan** y se hacen inmunes a las enfermedades, consiguen evitar los contagios y que las infecciones lleguen a las que no se han podido vacunar. De esta forma, **quedan protegidas de forma indirecta.** Esto es lo que se conoce como **“INMUNIDAD DE REBAÑO o INMUNIDAD DE GRUPO”**.
- Gracias a la vacunación, enfermedades como la viruela han sido erradicadas, es decir, han desaparecido, y de otras, como el sarampión, el tétanos o la hepatitis B, actualmente hay muy pocos casos.