

## Transcripción

Usted no puede verlos, pero hay gérmenes a nuestro alrededor. Algunos viajan por el aire e invaden nuestros cuerpos cuando nosotros respiramos. Algunos viven en superficies y pasan de persona a persona a través del contacto. Y otros se propagan a través de los fluidos corporales o del contacto sexual.

Pero los gérmenes son peligrosos. Ellos en realidad son diminutos virus y bacterias que pueden originar infecciones. Las infecciones pueden causar graves problemas de salud, algunas incluso con riesgo para la vida.

Desde que era bebé y durante toda la infancia, su cuerpo construyó un sistema que puede combatir estas infecciones, el llamado sistema inmunológico. Y para ayudar a su sistema inmunológico, cuando usted era pequeño, le aplicaron vacunas.

Una vacuna contiene una parte debilitada o muerta de un germen. Cuando usted recibe una vacuna, el germen entra en su cuerpo pero no lo enferma. En lugar de ello, su cuerpo produce anticuerpos. Los anticuerpos luchan contra el germen para protegerlo.

Después de recibir una vacuna, cuando su cuerpo entra en contacto con los gérmenes de nuevo, ya tiene la capacidad de luchar contra ellos y puede prevenir la infección.

Durante años, un sistema inmunológico saludable, junto con sus vacunas infantiles, pueden combatir los gérmenes y mantenerlo a usted saludable. Pero con el tiempo, a medida que usted envejece, su sistema inmunológico se debilita más y muchas de las vacunas que recibió siendo niño también se vuelven más débiles y usted ya no está completamente protegido.

La mala noticia es que los gérmenes que causan graves enfermedades aún están ahí fuera, todos a su alrededor. La buena noticia es que usted puede ayudar a su cuerpo a combatirlos de nuevo. Y la mejor manera de hacerlo es mantenerse al día con sus vacunas. Esto puede significar que usted necesite recibir ciertas vacunas de nuevo o puede significar que necesite una vacuna de refuerzo. Una dosis de refuerzo de la vacuna expone nuevamente su cuerpo al germen. Su cuerpo fabrica los anticuerpos de nuevo de manera que puede prevenir la infección. Hable con su proveedor del cuidado de la salud sobre qué vacunas necesita usted y cuándo.

Algunos adultos tienen un mayor riesgo de ciertas infecciones debido a sus trabajos, viajes o estilos de vida. Y si usted tiene un sistema inmunológico debilitado debido a enfermedades crónicas como diabetes, enfermedades del corazón, asma, EPOC, así como otras condiciones comunes, se incrementa su riesgo de sufrir complicaciones graves de salud de enfermedades que pueden ser prevenidas a través de las vacunas.

No sólo usted está en un mayor riesgo de enfermedad grave si no está al día en sus vacunas, usted también está poniendo en riesgo a la gente que lo rodea. Las nuevas madres y padres deben tener especial cuidado con sus hijos. Los maestros, trabajadores de guarderías y proveedores de cuidado infantil deben estar al día en todas las vacunas para proteger a los niños que los rodean. Y los trabajadores del cuidado de la salud deben estar al día para no poner en riesgo a sus pacientes.

Vacunarse es fácil y puede protegerse a usted mismo y a sus seres queridos de muchas enfermedades graves. Hable con su proveedor del cuidado de la salud o farmacéuta sobre cómo ponerse hoy al día con sus vacunas. Y anime a su familia y amigos a vacunarse también. Juntos, pueden prevenir la transmisión y propagación de graves enfermedades, haciendo de su hogar y de su comunidad un lugar más seguro para vivir.