ESQUEMA DE VACUNACIÓN PARA ADULTOS DE LOS 20 A 59 AÑOS EN MÉXICO

Por: Castro Valle Maria Paula y Melgarejo Pérez Iliana

Las vacunas son clave para prevenir enfermedades graves y proteger nuestra salud. En México, la Cartilla Nacional de Salud establece el esquema de vacunación para adultos de 20 a 59 años, ayudando a reducir la propagación de enfermedades y a mejorar la calidad de vida. Mantenerse al día con las vacunas es esencial para la protección personal y comunitaria.

Tétano y Difteria (Td)

- Una dosis de refuerzo cada 10 años. Importancia:
- Protege contra enfermedades graves como el tétanos y la difteria.

Virus del Papiloma Humano (VPH)

- Hasta los 26 años, posteriormente acudir al médico.
- Importancia: Previene cáncer cervical y otras enfermedades.

Influenza

- Frecuencia: Anualmente.
- Importancia: Previene la gripe y sus complicaciones graves.

Neumococo

- Solo si tienes enfermedades crónicas.
- Importancia: Previene infecciones respiratorias graves como la neumonía.

Sarampión y rubéola (SR)

- Frecuencia: si no se recibió en la infancia o con esquema incompleto (hasta los 39 años de edad).
- Importancia: Protege contra enfermedades virales contagiosas.

Herpes Zóster

- A partir de los 50 años
- Importancia: Previene infecciones dolorosas en los nervios.

Hepatitis B

- Frecuencia: Una dosis si estás en riesgo
- Importancia: Protege contra infecciones hepáticas graves.

COVID-19

- Frecuencia: dosis de refuerzo anual.
- Importancia: Previene formas de enfermedad grave y hospitalizaciones por COVID-19.

¡Vacunarse es prevenir!

Consulta con tu médico y protégete a ti y a los demás.

De Salud, S. (n.d.). Cartillas Nacionales de Salud Versión 2023. gob.mx. https://www.gob.mx/salud/documentos/cartillas-nacionales-de-vacunacion-version-2023 VACUNA HEPATITIS B. (n.d.). Asociación Mexicana De Vacunología A.C. https://vacunacion.org/hepatitis-b-vacuna/ VACUNA HERPES ZÓSTER. (n.d.). Asociación Mexicana De Vacunología A.C. https://vacunacion.org/herpes-zoster-vacuna/