
Vacúnate también en la adolescencia

¿Por qué son importantes?

Como a cualquier edad, [las vacunas son importantes](#) también en este periodo de la vida.

En la adolescencia se recomiendan una serie de vacunas que completan y finalizan el calendario infantil, aunque también hay algunas otras específicas para esa edad.

La vacunación es una excelente medida de salud pública para evitar muerte y enfermedad en grandes grupos de población.

En España, el porcentaje de niños que se vacunan correctamente es muy alto en menores de 2 años (95% o más de cobertura). Con las dosis de recuerdo de los 6 años las coberturas caen a un 90%. Pero en la adolescencia bajan hasta un 74-77%. Es decir, que solo 3 de cada 4 adolescentes en nuestro país están bien vacunados. Son cifras que, comparadas con otros países desarrollados, son aceptables, pero deberíamos mejorarlas.

Pensar que muchas enfermedades se erradicarían si todos estuviéramos bien vacunados. Este es el caso de **la viruela** que se pudo eliminar del planeta gracias a los programas de vacunaciones de la segunda mitad del siglo XX (¿Quieres saber un poco más?, escucha este breve podcast de RNE5: [Historia de la medicina. Viruela, el mal erradicado](#); 07/09/14)

¿Qué vacunas se recomiendan en la adolescencia?

En nuestro país, hay varias vacunas que se han de poner en este periodo. Aunque la organización de las vacunas no es exactamente la misma en las [diferentes Comunidades Autónomas](#).

- Desde hace poco se pone un recuerdo de [vacuna antimeningocócica C](#) a los 12 años de edad, para prolongar su eficacia.
- La [vacuna de varicela](#) se pone a los adolescentes que no hayan pasado la enfermedad y que no se han puesto la vacuna antes. La varicela se complica más y es más grave en la edad adulta que en la infancia. Por ello, se recomienda vacunar a esta edad a los que no la han padecido y tampoco se vacunaron de pequeños.
- La [vacuna frente al Virus del Papiloma Humano](#) en niñas. Este virus es el responsable del cáncer de cuello de útero en mujeres. Aunque también se ha relacionado con tumores más raros de ano y glándula en el varón. Se recomienda en mujeres de 9 a 45 años de edad. Previene claramente las lesiones que se producen en el cuello del útero y que preceden al cáncer.

- Una **dosis de recuerdo frente a [tétanos y difteria](#)** (van juntas) a la edad de 14 años. Se trata de mantener altas las defensas contra ellas.
- Alguna CCAA incluye también a los 14 años, una **[dosis de recuerdo frente a tosferina](#)**.
- Y alguna otra CCAA **[vacuna frente a Hepatitis A](#)**, enfermedad del hígado que en algún caso puede evolucionar muy mal y es evitable con dos dosis de vacuna.

Una vez finalizado éste periodo ya solo se necesitarán dosis de recuerdo de alguna de ellas en supuestos especiales. Por ejemplo: *dosis de recuerdo de vacuna frente al tétanos* una vez transcurridos diez años desde la última dosis si nos hacemos una herida potencialmente contaminada.

Además hay otras vacunas que son recomendadas en adolescentes con enfermedades crónicas.

- Es el caso de la **[vacunación antigripal](#)** para jóvenes que tienen problemas respiratorios crónicos (como el asma) o enfermedades cardíacas severas. Se recomienda poner cada año.
- También se recomienda **[vacunar contra todo tipo de Meningococo](#)** cuando se padece alguna enfermedad que afecta a la inmunidad. No solamente frente al *meningococo C* que es el que se pone en nuestro país, también frente al *meningococo A, Y o W135*, o la recientemente aprobada ***vacuna contra el meningococo B***.

Es cada vez más frecuente que en la adolescencia se realicen **[viajes internacionales](#)**, ya sean de ocio o de estudios. En estos casos es bueno consultar con tiempo si os tenéis que poner alguna vacuna adicional.

¿Son seguras las vacunas para los adolescentes?

Son millones de dosis puestas de las diferentes vacunas. Se puede asegurar que las vacunas en la adolescencia son tan **[seguras](#)** como a cualquier otra edad. No suelen dar problemas o son muy leves (reacción dolorosa e inflamatoria en el lugar del pinchazo y algo de fiebre).

Más información...

- Comité Asesor de Vacunas de la *Asociación Española de Pediatría*. **[Área de familias](#)**

Fecha de publicación: 14-01-2015

Autor/es:

- **[César García Vera](#)**. Pediatra. Centro de Salud "José Ramón Muñoz Fernández". Zaragoza

