Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Por un futuro saludable, VACÚNATE

La ***Semana Mundial de la Inmunización*** —que se celebra la última semana de abril (24-30)— tiene por objeto promover uno de los instrumentos más potentes con que cuenta la humanidad en relación con la salud: la utilización de vacunas para proteger a las personas de cualquier edad contra las enfermedades.

El lema de 2014 es **«¿Están al día tus vacunas?»**
Asegurándote que tú y tu familia tenéis al día las vacunas que necesitáis, aumentarás vuestras posibilidades de tener un futuro saludable.

Por ello, la OMS procura remediar la deficiencia de conocimientos que puede impedir que las personas se vacunen y hace hincapié en estos tres aspectos fundamentales :

Aprende

* ¿por qué tienes que vacunarte?
* ¿qué vacunas necesitas?
* ¿cómo, cuándo y dónde podrás vacunarte?
* ¿dónde puedes obtener más información?

Comprueba

* que tú y tu familia tenéis al día todas las vacunas que necesitáis
* cuándo necesitarás dosis de recuerdo
* cuándo necesitarás vacunarte para viajar

Protege

* a tu familia y a ti mismo mediante la vacunación

Datos y cifras

- La inmunización previene enfermedades, discapacidades y defunciones por enfermedades prevenibles mediante

vacunación, tales como la difteria, el sarampión, la tos ferina, la neumonía, la poliomielitis, las enfermedades diarreicas por rotavirus, la rubéola y el tétanos.

- La cobertura vacunal mundial se mantiene con firmeza.
- En la actualidad, la inmunización evita anualmente entre 2 y 3 millones de defunciones.
- No obstante, se estima que 22,6 millones de lactantes de todo el mundo aún no reciben las vacunas básicas.

Algunos datos de la OMS en relación con las vacunas internacionalmente recomendadas

- En 2012 se administraron tres dosis de la vacuna DTP3 (para **difteria, tétanos y tosferina**) a unos 110 millones de lactantes de todo el mundo, a fin de protegerlos contra graves enfermedades infecciosas que podrían provocarles trastornos y discapacidades graves, e incluso la muerte. Para 2012, 131 países habían alcanzado por lo menos el 90% de cobertura con la vacuna DTP3.

- La **Haemophilus influenzae typo b** (Hib) provoca meningitis y neumonía. Para el final de 2012 la vacuna contra la Hib se había introducido en 184 países. Se estima que la cobertura mundial con tres dosis de la vacuna contra Hib es de un 45%.

- La **Hepatitis B** es una infección viral que afecta al hígado. Para el final de 2012 la vacunación de los lactantes contra la hepatitis B se había introducido a escala nacional en 181 países. Se estima que la cobertura mundial con la vacuna contra la hepatitis B es del 79%.

- El **Papillomavirus humano** la infección viral más común del aparato reproductor, puede provocar cáncer cervicouterino y otros tipos de cáncer y verrugas genitales tanto en hombres como en mujeres. Para el final de 2012 la vacuna contra el papilomavirus humano se había introducido en 45 países.

- El **sarampión** es una enfermedad muy contagiosa, causada por un virus que, generalmente, provoca fiebre alta y erupción, y puede ocasionar ceguera, encefalitis y defunción. Para el final de 2012, un 84% de los niños habían recibido una dosis de la vacuna antisarampionosa antes de cumplir dos años, y 146 países habían incluido una segunda dosis como parte de la inmunización sistemática.

- La **meningitis A** es una infección que puede provocar daño cerebral grave y suele ser mortal. Para el final de 2012, dos años después de su introducción, más de 100 millones de personas en 10 de los 26 países africanos afectados por la enfermedad habian sido vacunados con MenAfriVac, la vacuna desarrollada por la OMS y el PATH.

- La **parotiditis** es una enfermedad viral muy contagiosa que causa una dolorosa inflamación en los laterales de la cara, debajo de los oídos (las glándulas parótidas), fiebre, cefalea y dolores musculares. Puede desencadenar una meningitis viral. Para el final de 2012 la vacuna contra la parotiditis se había introducido a escala nacional en 120 países.

- Las **enfermedades por neumococos** son la neumonía, la meningitis y la bacteriemia febril, además de la otitis media, la sinusitis y la bronquitis. Hasta finales de 2012 se había introducido la vacuna antineumocócica en 88 países, y la cobertura mundial estimada era del 19%.

- La **poliomielitis** es una enfermedad viral altamente infecciosa que puede provocar parálisis irreversible. En 2012, el 84% de los lactantes de todo el mundo recibieron tres dosis de la vacuna antipoliomielítica. La poliomielitis sigue

siendo endémica solo en tres países, a saber, el Afganistán, Nigeria y el Pakistán.

- Los **rotavirus** son la causa más común de enfermedades diarreicas graves entre los niños pequeños en todo el mundo. Para el final de 2012 la vacuna contra los rotavirus se había introducido en 41 países. Se alcanza una cobertura global estimada de 11%.

- La **rubéola** es una enfermedad viral generalmente leve en los niños, si bien la infección al comienzo del embarazo puede dar lugar a muerte fetal o síndrome de rubéola congénita, que a su vez puede provocar daños en el cerebro, el corazón, los ojos y los oídos. Para el final de 2012 la vacuna contra la rubéola se había introducido a escala nacional en 134 países.

- El **tétanos** es provocado por una bacteria que crece en ausencia del oxígeno, por ejemplo, en heridas sucias o en el cordón umbilical si no se lo mantiene limpio. La bacteria produce una toxina capaz de causar graves complicaciones, e incluso la muerte. Para el final de 2012 la vacuna contra el tétanos materno y neonatal se había introducido en más de 103 países. Aproximadamente el 81% de los recién nacidos estaban protegidos mediante inmunización. El tétanos materno y neonatal sigue siendo un problema de salud pública en 30 países, principalmente de África y Asia.

- La **fiebre amarilla** es una enfermedad hemorrágica viral grave transmitida por mosquitos infectados. Hasta 2012, la vacuna contra la fiebre amarilla se había introducido en los programas de inmunización sistemática de lactantes de 36 de los 48 países y territorios de África y las Américas amenazados por esa enfermedad.

¿Cuáles son algunos de los mitos, y los hechos, sobre la vacunación?

Mito 1: Las mejores condiciones de higiene y saneamiento harán desaparecer las enfermedades; las vacunas no son necesarias. FALSO

Hecho 1: Las enfermedades contra las que podemos vacunar volverían a aparecer si se interrumpieran los programas de vacunación. Si bien la mejor higiene, el lavado de las manos y el agua potable contribuyen a proteger a las personas contra enfermedades infecciosas, muchas infecciones se pueden propagar independientemente de la higiene que mantengamos. Si las personas no estuvieran vacunadas, algunas enfermedades que se han vuelto poco comunes, tales como la poliomielitis y el sarampión, reaparecerían rápidamente

Mito 2: Las vacunas conllevan algunos efectos secundarios nocivos y de largo plazo que aún no se conocen. Más aún, la vacunación puede ser mortal. FALSO

Hecho 2: Las vacunas son muy seguras. La mayoría de las reacciones vacunales son generalmente leves y temporales, por ejemplo, un brazo dolorido o febrícula. Los trastornos de salud graves, que son extremadamente raros, son objeto de seguimiento e investigación. Es más probable padecer un trastorno grave por una enfermedad prevenible mediante vacunación que por una vacuna. Por ejemplo, en el caso de la poliomielitis, la enfermedad puede provocar parálisis; el sarampión puede causar encefalitis y ceguera, y algunas enfermedades prevenibles mediante vacunación pueden ser incluso mortales. Aunque un solo caso de trastorno grave o defunción por vacunas ya es demasiado, los beneficios de la vacunación compensan con creces el riesgo, dado que sin las vacunas se producirían muchos más trastornos y defunciones.

Mito 3: La vacuna combinada contra la difteria, el tétanos y la tos ferina, así como la vacuna antipoliomielítica, pueden provocar el síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS). FALSO

Hecho 3: No existe una relación causal entre la administración de las vacunas y la muerte súbita del lactante, a pesar de que esas vacunas se administran en un período en el que el recién nacido puede sufrir el SIDS. En otras palabras, las defunciones por SIDS son casualmente coincidentes con la vacunación y hubieran ocurrido aunque no se hubiesen administrado las vacunas. Es importante recordar que esas cuatro enfermedades pueden ser mortales, y que el recién nacido no vacunado contra ellas corre graves riesgos de defunción y discapacidad grave.

Mito 4: Las enfermedades prevenibles mediante vacunación están casi erradicadas en mi país, por lo tanto no hay motivos para que me vacune. FALSO

Hecho 4: : Si bien las enfermedades prevenibles mediante vacunación son actualmente poco comunes en muchos países, los agentes infecciosos que las provocan siguen circulando en algunas partes del mundo. En un mundo sumamente interconectado, esos agentes pueden atravesar las fronteras geográficas e infectar a cualquier persona no protegida. Por ejemplo, a partir de 2005, en Europa occidental se produjeron brotes de sarampión en poblaciones no vacunadas de Alemania, Austria, Bélgica, Dinamarca, España, Francia, Italia, el Reino Unido y Suiza. Por consiguiente, hay dos motivos fundamentales para vacunarse, a saber, protegernos a nosotros mismos y proteger a quienes nos rodean. Los programas eficaces de vacunación, al igual que las sociedades eficaces, dependen de la cooperación de cada persona para asegurar el bien común. No deberíamos depender de las personas que nos rodean para detener la propagación de enfermedades; nosotros mismos también tenemos que hacer nuestra parte.

Mito 5: Las enfermedades de la infancia prevenibles mediante vacunación son algo inevitable en la vida. FALSO

Hecho 5: Las enfermedades prevenibles mediante vacunación no tienen por qué ser “algo inevitable en la vida”. Enfermedades tales como el sarampión, la parotiditis y la rubéola son graves y pueden acarrear importantes complicaciones tanto en niños como en adultos, por ejemplo, neumonía, encefalitis, ceguera, diarrea, infecciones del oído, síndrome de rubéola congénita (si una mujer contrae rubéola al principio del embarazo) y defunción. Todas estas enfermedades y sufrimientos se pueden prevenir mediante las vacunas. Los niños no vacunados contra estas enfermedades quedan innecesariamente vulnerables.

Mito 6: La administración simultánea de más de una vacuna puede aumentar en los niños el riesgo de efectos secundarios nocivos, que a su vez pueden sobrecargar su sistema inmunitario. FALSO

Hecho 6: Las pruebas científicas revelan que la administración simultánea de varias vacunas no conlleva ningún efecto secundario sobre el sistema inmunitario del niño. Los niños están expuestos cotidianamente a cientos de sustancias extrañas que desencadenan una respuesta inmunitaria. El simple hecho de ingerir alimentos introduce nuevos antígenos en el organismo, y numerosas bacterias viven en la boca y la nariz. Un niño está expuesto a muchísimos más antígenos como consecuencia de un resfriado común o una faringitis, que por las vacunas. Las principales ventajas de la administración simultánea de varias vacunas es que requiere menos consultas ambulatorias, lo que permite ahorrar tiempo y dinero y aumenta las probabilidades de que los niños completen el calendario de vacunación recomendado. Además, la posibilidad de recibir una vacunación combinada, por ejemplo,

contra el sarampión, la parotiditis y la rubéola, supone menos inyecciones.

Mito 7: La gripe es solo una molestia y la vacuna no es muy eficaz. FALSO

Hecho 7: La gripe es mucho más que una molestia. Es una enfermedad grave que cada año provoca entre 300.000 y 500.000 defunciones en todo el mundo. Las embarazadas, los niños pequeños, los ancianos con problemas de salud y cualquiera que padezca un trastorno crónico, por ejemplo, asma o cardiopatía, corren un alto riesgo de infección grave y muerte. La vacunación de las embarazadas conlleva el beneficio adicional de proteger a sus recién nacidos (actualmente no existe una vacuna para los menores de seis meses). La vacunación inmuniza contra las tres cepas de mayor prevalencia circulantes en una estación dada. Es la mejor manera de reducir sus probabilidades de contraer una gripe grave y contagiar a otros. Evitar la gripe significa evitar gastos de atención médica adicionales y pérdida de ingresos por los días de trabajo o escuela perdidos.

Mito 8: Es mejor la inmunización por la enfermedad que por las vacunas. FALSO

Hecho 8: Las vacunas interactúan con el sistema inmunitario para producir una respuesta similar a la que produciría la infección natural, pero no causan la enfermedad ni exponen a la persona inmunizada a riesgos de posibles complicaciones. En cambio, el precio de la inmunización por infección natural podría ser el retraso mental provocado por *Haemophilus influenzae* tipo b (Hib), defectos congénitos debidos a la rubéola, cáncer del hígado derivado del virus de la hepatitis B, o muerte por sarampión.

Mito 9: Las vacunas contienen mercurio, que es peligroso. FALSO

Hecho 9: El tiomersal es un compuesto orgánico con mercurio que se añade a algunas vacunas como conservante. Es el conservante más ampliamente utilizado para las vacunas que se suministran en ampollas de dosis múltiples. No hay pruebas científicas que sugieran que la cantidad de tiomersal utilizada en las vacunas entrañe un riesgo para la salud.

Mito 10: Las vacunas causan autismo. FALSO

Hecho 10: Según se pudo determinar, el estudio de 1998 que suscitó inquietud acerca de un posible vínculo entre la vacuna contra el sarampión, la parotiditis y la rubéola, por un lado, y el autismo, por otro, contenía graves irregularidades, por lo que la publicación que lo divulgó lo retiró. Lamentablemente, su divulgación despertó temores que provocaron una disminución en las tasas de inmunización y los subsiguientes brotes de esas enfermedades. No existen pruebas científicas de una relación entre esa vacuna y el autismo o trastornos autistas.

Fuente: Campañas mundiales de salud pública de la OMS: Semana Mundial de la Inmunización 2014: ¿Está usted al día?

TENEMOS SUERTE DE VIVIR EN UN PAÍS DONDE LAS VACUNAS SON UNA PRIORIDAD EN SALUD PÚBLICA. Defiéndelas y ponle a tu hijo/o las vacunas recomendadas por tu pediatra y enfermera. Si tienes dudas, consulta.

Enlaces recomendados:

- DECÁLOGO de las VACUNAS
- Calendario de Vacunaciones de la AEP 2014

Fecha de publicación: 23-04-2014