

Vacunaci3n en el paciente adulto con condiciones cr3nicas

“Una onza de prevenci3n, es mejor que una tonelada de remedio.”

por: **Dra. Leticia Hern3ndez** , Endocrin3loga

Las vacunas en el adulto ayudan a prevenir o disminuir los s3ntomas de ciertas condiciones. Adem3s, ayudan a evitar el contagio en individuos muy j3venes o aquellos con sistemas inmunol3gicos d3biles que no pueden ser vacunados. Durante mis a3os de residencia y luego en mi vida como endocrin3loga he visto que la vacunaci3n en el adulto es una de las estrategias preventivas m3s olvidadas. Al preguntar sobre las 3ltimas vacunas recibidas, la mayor3a de las personas responden haberlas recibido mientras cursaban la escuela superior o al entrar a la Universidad. Esto apunta a que gran parte de la poblaci3n piensa que la vacunaci3n es un asunto que solo le ata3e cuando se trata de ni3os o adolescentes. Tanto los m3dicos como otros profesionales de la salud debemos prestar mayor atenci3n a la orientaci3n sobre medicina preventiva.

En esta 3poca donde a3n lidiamos con las consecuencias del Hurac3n Mar3a, las vacunas cobran una mayor importancia como estrategia preventiva. Todav3a hay muchas personas que se encuentran viviendo en condiciones de hacinamiento al haber perdido sus hogares, hay 3reas con pobre acceso a agua y acumulaci3n de escombros; factores que facilitan la transmisi3n de enfermedades infectocontagiosas y aumentan la posibilidad de sufrir heridas con materiales contaminados.

El Centro de Control de Enfermedades de los Estados Unidos, ha emitido unas gu3as basadas en evidencia cient3fica sobre las vacunas que deben recibir los adultos. En estas gu3as tambi3n se incluyen las adaptaciones necesarias para aquellos pacientes con condiciones cr3nicas de salud como, por ejemplo, la diabetes mellitus. A continuaci3n se desglosan algunas de las recomendaciones de vacunaci3n en pacientes adultos.

INFLUENZA

La vacuna contra la influenza se recomienda anualmente en todos los adultos mayores de 18 a3os. La influenza humana es una condici3n causada por los virus A y B de influenza y puede causar s3ntomas de leves a severos. La temporada de influenza comienza durante el mes de octubre y llega a su pico entre los meses de diciembre a febrero. Los s3ntomas m3s comunes son fiebre y escalofr3os, dolor muscular, congesti3n nasal, cansancio marcado, y dolor de cabeza. Las personas con influenza pueden desarrollar complicaciones serias como deshidrataci3n y pulmon3a. Entre los grupos que presentan un mayor riesgo de complicaciones se encuentran: las mujeres embarazadas, los adultos mayores de 65 a3os, pacientes de asma y personas con diabetes mellitus. Aunque el virus de la influenza cambia frecuentemente, (mutaci3n) la vacuna puede prevenir el contagio o aminorar los s3ntomas causados por la condici3n. Se estima que desde el a3o 2010 de 140,000 a 710,000 personas han sido hospitalizadas por influenza tan solo en los Estados Unidos, lo que ha resultado en 12,000 a 56,000 muertes relacionadas a la misma.

TÉTANO Y PERTUSIS (Td y Tdap)

La vacuna contra el tétano debe ser administrada cada diez años a pacientes adultos. Se recomienda que uno de los refuerzos del adulto sea la vacuna combinada de tétano y pertusis de no haber recibido la misma durante la adolescencia. Esto debido a un aumento en los casos de pertusis.

En este momento es imperativo estar al día en la vacunación del tétano. Las esporas de tétano (una bacteria “*Clostridium tetani*”) pueden entrar al cuerpo tras haber sufrido heridas penetrantes en la piel con objetos contaminados. La acumulación de escombros después del huracán María podrá aumentar la probabilidad de contagio. No es raro encontrar clavos, planchas de zinc, astillas de madera, agujas y otros materiales que podrán estar contaminados con esporas de esta bacteria. De tener que manejar este tipo de material es de suma importancia asegurarse de contar con el calzado adecuado, guantes y ropa para protegerse de sufrir heridas. El paciente diabético en particular, debe ser extremadamente proactivo en la prevención de heridas en sus pies. Nunca debe andar descalzo; y aún más, debe asegurarse de echarle un vistazo a sus pies y de que cuenta con calzado adecuado antes de utilizarlo todos los días. De sufrir una herida superficial, se debe lavar la herida con jabón y agua abundante. El alcohol generalmente no se recomienda ya que podrá retrasar la curación de la herida. En cuanto a heridas profundas o contaminadas se debe obtener ayuda médica de forma inmediata en particular si no se está vacunado contra el tétano.

El tétano generalmente tiene un periodo de incubación de 3 a 21 días. Entre los síntomas que produce se incluyen: dolor de cabeza, fiebre, sudoración, calambres en el área de la mandíbula, rigidez muscular dolorosa, problemas para tragar, latidos rápidos del corazón y cambios súbitos en la presión de la sangre. En casos más severos pueden ocurrir fracturas relacionadas a los espasmos musculares, espasmos de la laringe que provocan dificultad respiratoria, embolias pulmonares, pulmonías relacionadas a aspiración (durante episodios de convulsiones o espasmos), arresto respiratorio y muerte. Hasta dos de cada 10 casos de tétano podrán resultar en muerte.

PERTUSIS O TOS FERINA

La pertusis o tos ferina puede afectar a individuos de cualquier edad, sin embargo, los más susceptibles a complicaciones severas son los bebés menores de un año de edad. Esta condición causada por la bacteria *Bordetella pertussis* es transmitida a través de estornudos o tos, de persona a persona. La protección de una comunidad depende en gran medida de algo conocido como inmunidad de manada, es decir: mientras más personas estén vacunadas, hay menos probabilidad de que esta bacteria pueda desarrollarse en una comunidad. Aunque una persona ya haya sido vacunada, podrá infectarse y presentar síntomas leves de la condición. Sin embargo, esta persona también podrá transmitir dicha enfermedad a otra persona que al no estar vacunada podrá sufrir consecuencias severas de la misma. Esta condición se caracteriza por episodios de tos violenta e incontrolable durante los cuales la persona afectada tiene que esforzarse para poder respirar. En los bebés se pueden producir pulmonías, convulsiones y períodos en los que para de respirar (apnea), lo que podrá ocasionar daño irreparable al cerebro debido a la falta de oxígeno y, en el peor de los casos, hasta la muerte. Las complicaciones más severas en el adulto incluyen desmayos y fracturas de costillas a raíz de los episodios de tos. El

recibir esta dosis de refuerzo de pertusis en nuestra vida adulta podría resultar en una medida de protección para aquellos individuos más susceptibles de nuestra familia y comunidad.

PNEUMOCOCO

Existen dos diferentes vacunas contra el neumococo, PCV 13 y PPSV23. Se recomienda que se administren en adultos mayores de 65 años y adultos de 18 a 64 años que padecen condiciones que los ubican en el grupo de mayor riesgo, ya que est n propensos a sufrir complicaciones relacionadas a infecciones con neumococo. Entre estos grupos de mayor riesgo se encuentran aquellas personas que padecen de asma u otras enfermedades del pulmón, aquellos que sufren condiciones que debilitan el sistema de defensas del cuerpo, personas con diabetes mellitus y fumadores, entre otros. La bacteria neumococo (*Streptococcus pneumoniae*) puede causar diferentes tipos de infecciones como: infecciones de oído, pulmonía, meningitis (inflamación de las membranas que cubren el cerebro), y sepsis (infección severa). Esta bacteria se puede transmitir de persona a persona mediante contacto con saliva o secreciones respiratorias. Hay personas que pueden ser portadoras de la bacteria y podrían transmitirla aunque no presenten síntomas de infección.

Los síntomas de infección con neumococo pueden incluir: fiebre, escalofríos, dificultad respiratoria, tos, dolor de pecho, rigidez en el cuello, dolor de cabeza, sensibilidad de los ojos a la luz, confusión, entre otros. El neumococo podría causar la muerte a 5 de cada 100 personas infectadas, sin embargo la proporción de muertes es mayor en adultos mayores de 65 años.

HERPES ZOSTER O CULEBRILLA

El herpes zoster o culebrilla es causado por el virus varicella-zoster en personas que hayan sufrido varicela previamente. Después de desaparecer la varicela este virus se queda ‘‘dormido’’ en el cuerpo. Con el tiempo este virus se puede activar. Aunque la culebrilla puede ocurrir en cualquier etapa de la vida, al menos, en la mitad de los casos los afectados son personas mayores de 60 años. Es por esta razón que esta vacuna se recomienda en personas mayores de 60 años.

La culebrilla se presenta inicialmente con dolor, picazón, o sensación de hormigueo en un área del cuerpo. Durante los primeros cinco días aparecen vesículas en el cuerpo que luego formarán una cáscara o costra. Esto puede ser acompañado por dolor de cabeza, fiebre y escalofríos. Entre las complicaciones severas de la condición se encuentran: la pulmonía, encefalitis (inflamación del cerebro) y en algunos casos ceguera. Si la erupción de la culebrilla se encuentra en una zona cercana al ojo, es imprescindible que se obtenga una evaluación por un oftalmólogo. En casos de contagio se pueden utilizar ciertos medicamentos (antivirales) que podrían acortar la duración o aminorar los síntomas. Algunas personas podrían desarrollar una condición llamada neuralgia post-herpética que se caracteriza por dolor intenso en el área afectada por la culebrilla. Esta puede durar de semanas a años y ser incapacitante.

HEPATITIS B

La hepatitis B es causada por el virus del mismo nombre. La vacuna contra esta condición se recomienda en profesionales de la salud, adultos con diabetes mellitus, enfermedades crónicas del hígado, enfermedades del riñón, o personas con sistema inmune débil como pacientes del virus de inmunodeficiencia humana. El virus de hepatitis B se puede transmitir por contacto sexual, al compartir agujas, equipo para inyecciones o de madre a hijo durante el parto. Dado que la vacuna de hepatitis B se administra generalmente durante la niñez, el 95% de los casos de contagio con hepatitis B ocurre en adultos sin vacunar. Los síntomas pueden aparecer dentro de un plazo de seis semanas a seis meses de haber estado expuesto al virus. Entre los síntomas de infección aguda se encuentran: fiebre, fatiga, náuseas, vómitos, dolor abdominal, pérdida de apetito, orina oscura, excreta color arcilla, dolor en las articulaciones o coloración amarilla de la piel y los ojos. Algunas personas podrán desarrollar infecciones crónicas que lleven a cirrosis o cáncer del hígado.

CONCLUSION

Como dice el dicho: “Una onza de prevención, es mejor que una tonelada de remedio”. La vacunación constituye una manera de prevenir complicaciones de salud. Asegurarse de seguir las recomendaciones de vacunación también ayuda a proteger a sus seres queridos y a su comunidad. Comuníquese con su médico de cabecera para que pueda discutir qué vacunas son recomendadas para usted. Recuerde que algunas de estas vacunas se ofrecen de forma gratuita durante campañas de vacunación y también se pueden obtener en algunas farmacias.

Para información adicional sobre vacunación puede acceder a los siguientes enl

www.cdv.gov

<https://www.vocespr.org/>

<http://www.salud.gov.pr/Dept-de-Salud/Pages/Unidades-Operacionales/Secretaria-Au>

Author

leticiahd