

# Las vacunas no son solo cosa de niños

A partir de los 60 años se aconseja vacunarse contra la gripe, el neumococo y el herpes zóster

La vacunación no tiene edad. Pero pocas personas mayores lo saben, ya que no son muchos los que se deciden a seguir las recomendaciones en este ámbito. Las vacunas son uno de los mayores avances terapéuticos ideados para prevenir enfermedades graves y potencialmente mortales, así como uno de los mayores progresos conseguidos en salud pública. Aunque pocos progenitores dudan en ponérselas a sus hijos durante los primeros años de vida, al llegar la madurez, muchos subestiman sus ventajas. De manera que son pocos los que conocen la utilidad y beneficios de las vacunas a su edad y, menos aún, los que deciden ponérselas.

## Más edad, más riesgo de infecciones

La edad es un factor de riesgo añadido en el desarrollo de infecciones graves que, incluso, pueden tener un desenlace fatal. Al cumplir años, se produce un envejecimiento del sistema inmune, de manera que este se encuentra adormecido, y produce respuestas lentas y perezosas. Esto es lo que origina que las infecciones sean mucho más frecuentes y sus complicaciones asociadas peores.

Por estas razones, el Grupo de Expertos en Vacunas de la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG) aconseja, a partir de los 60 años, la vacunación antigripal, la antineumocócica y la antitetánica, financiadas en España, y la del her-

pes zóster, que aún no está disponible de forma gratuita y universal. Todas han demostrado ser seguras, eficaces y tener una muy buena relación coste-efectividad.

## La antigripal, inmunes a los 14 días

En Europa fallecen cada año unas 40.000 personas como consecuencia de la gripe y sus complicaciones y, en España, entre 1.400 y 4.000. En el 90% de los casos, los fallecidos son personas mayores de 65 años y, en el 85%, no estaban vacunadas.

Los mayores de 65 años figuran entre los grupos con mayor riesgo de sufrir complicaciones (neumonías). Por ello, su vacuna se aconseja cada año, entre octubre y noviembre, a todas las personas mayores de 60 años.

Se estima que la inmunidad se alcanza hacia los catorce días tras su administración. Las vacunas antigripales utilizadas en España no contienen virus vivos y, por ello, no provocan la gripe.

## Antineumocócica, a partir de los 60

La enfermedad neumocócica es una infección producida por la bacteria *Streptococcus pneumoniae* o neumococo, responsable de hasta el 50% de las neumonías. En las personas mayores puede ser mortal en muchos casos, a pesar de recibir el tratamiento antibiótico adecuado. Además, cada vez hay más resistencias de este microorganismo a los antibióticos, por lo que las medidas preventivas, como la vacunación antigripal y antineumocócica, son cruciales.

Actualmente, hay dos vacunas antineumocócicas: la polisacárida, que se utiliza desde hace una década y que administran todas las autonomías de forma gratuita y universal; y otra más reciente, la vacuna conjugada que se administra selectivamente en determinados grupos de riesgo.

La vacunación antineumocócica protege casi el 70% de los casos en mayores inmunocompetentes, reduce la hospitalización por neumonías hasta un 25%, además de acortar la estancia media.

Se recomienda a todos los mayores de 60 años, sobre todo si viven en instituciones cerradas y antes, si tienen enfermedades crónicas. Se administra en una única dosis y es posible administrarla en el mismo momento que la vacuna de la gripe, pero en otra zona del cuerpo.

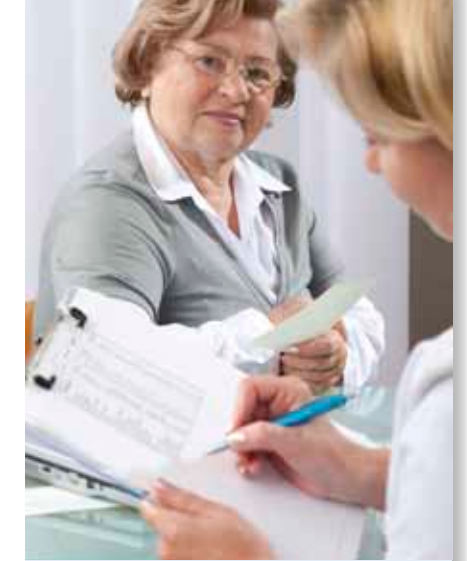
## El herpes zóster, un recuerdo de la varicela

El herpes zóster es una enfermedad producida por el virus *Varicela zóster* (VVZ) que produce la varicela en edad infantil. Tras curarse, el virus queda emplazado en los ganglios nerviosos sensoriales hasta que una bajada de las defensas lo reactiva y conduce al desarrollo del herpes zóster. La mayoría de los mayores de 40 años presentan son susceptibles a su reactivación.

El zóster se resuelve, de forma benigna, en dos o cuatro semanas, en personas con el sistema inmunológico competente. Pero en las personas mayores o en las inmunodeprimidas (que reciben tratamientos por cáncer, son trasplantados o sufren una enfermedad autoinmune) puede provocar complicaciones como la neuralgia postherpética (un dolor que persiste más de un mes), infecciones cutáneas, conjuntivitis, ulceraciones en la córnea, glaucoma, sordera, hepatitis y en casos extremos, la muerte.

En EEUU, Reino Unido y Suecia hay una vacuna autorizada desde 2006 que para personas mayores para prevenir el herpes zóster. En nuestro país, aún no está disponible aunque se estima que lo esté en el primer trimestre del 2014. Otro aspecto será la gratuidad para esta vacuna; con un coste que oscila entre 120-170€, no se descarta que el receptor deba realizar un copago.

www.consumer.es



## CONSEJOS SOBRE VACUNACIÓN EN PERSONAS MAYORES:

- Posponer la vacunación antigripal y antineumocócica mientras se esté pasando una enfermedad aguda, moderada o severa.
- Las personas con antecedentes de síndrome de Guillain-Barré deben vigilarse durante las seis semanas posteriores a la administración de una dosis de la vacuna antigripal.
- No vacunarse si hay antecedentes de reacciones anafilácticas a las vacunas citadas o a cualquiera de sus componentes (como la proteína del huevo en la vacuna antigripal).
- La vacuna antineumocócica debe administrarse ante un diagnóstico de VIH lo más precozmente posible; dos semanas antes de iniciar un tratamiento inmunosupresor o de una extirpación programada del bazo.
- No vacunarse frente al neumococo hasta tres meses después de haber finalizado un tratamiento de quimioterapia o radioterapia por cáncer.

Fuente: Primitivo Ramos, especialista en geriatría, experto universitario en vacunas, secretario y miembro del Grupo de Expertos en Vacunas de la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG)

