

# ¿Tu carné de vacunación está actualizado?

La vacunación es uno de los mayores avances en salud pública, responsable de erradicar y controlar enfermedades que, en el pasado, asolaban poblaciones. Al fortalecer el sistema inmunológico, las vacunas enseñan al cuerpo a reconocer y combatir virus y bacterias antes de que puedan causar daño, creando una protección eficaz contra las infecciones.



**Reduce la propagación de enfermedades transmisibles.**



**Previene complicaciones graves, hospitalizaciones y muertes.**



**Mantiene la inmunidad colectiva, protegiendo a quienes no pueden vacunarse.**

La vacunación es esencial en todas las etapas de la vida, desde los bebés hasta los ancianos y las mujeres embarazadas, así como mantener el carné de vacunación actualizado, con todas las dosis recomendadas, es la mejor manera de garantizar la protección contra diversas enfermedades.



## ¡Antes de viajar, vacúnate!

Además de las vacunas de rutina, para ingresar a ciertos países con alto riesgo de transmisión de enfermedades, se requieren algunas específicas. Mira las principales:

- **Fiebre amarilla** - Maldivas, Australia, Panamá, Sudáfrica, Bolivia, Egipto, China, Emiratos Árabes, Tailandia, Bahamas, entre otros.
- **Hepatitis A** - América Latina, África, Asia y Europa del Este.
- **Hepatitis B** - África, Asia, América Latina y algunas regiones de Europa.



- **Meningitis ACWY** - África (Cinturón de la Meningitis), Arabia Saudita (obligatorio para la peregrinación a La Meca - Hajj).
- **Triple viral (sarampión, paperas y rubéola)** - Europa, Estados Unidos, India, Australia, México y Argentina.
- **Poliomielitis** - Pakistán, Somalia, China, Indonesia, Turquía, Egipto, Malasia, entre otros.
- **Difteria y Tétano** - Muy recomendable para cualquier destino.

Además de éstas, según el destino, pueden recomendarse vacunas contra la influenza, la gripe aviaria, la rabia y la fiebre tifoidea.



**Vacúnate con anticipación** - al menos 10 días antes de tu viaje; aunque se recomienda que sea **4 semanas antes de partir**.



**Solicita el Certificado Internacional de Vacunación y Profilaxis (CIVP)** - documento necesario para acreditar la vacunación contra la **fiebre amarilla, la poliomielitis y la meningitis**.



Si tienes alguna contraindicación para alguna vacuna, un médico puede emitir un certificado de exención.



## ¡Cuídate a cualquier edad!

En los últimos 50 años, la vacunación mundial ha salvado más de 154 millones de vidas - ¡o seis vidas por minuto! Tanto si viajas como si no, ¡vacúnate! No sólo para proteger tu salud, sino también para prevenir la propagación de enfermedades entre otras personas.

**Si tienes alguna duda, consulta con tu médico o a un centro de salud y mantén actualizado tu carné de vacunación. ¡Después de todo, la prevención sigue siendo la mejor medicina!**

benefits that truly benefit