

# Preocupaciones renales

Noticias para las pacientes renales y sus familias

Otoño de 2025

Informados, empoderados, comprometidos

## ¡Es hora de pensar en las vacunas!

Las vacunas son fundamentales para mantenerme saludable y evitar la hospitalización. Comprender las vacunas y cómo funcionan es fácil: el cuerpo recibe una pequeña cantidad, pero no demasiada, del virus o la enfermedad, desarrolla una respuesta inmunitaria y está mejor preparado para el siguiente ataque viral. Las vacunas existen desde hace décadas y se ha demostrado que son seguras y eficaces para prevenir infecciones graves y transmitir la enfermedad a la familia y la comunidad.

Me reúno con mi médico de cabecera todos los años y repasamos la última vacuna y si me corresponde una dosis de refuerzo. Como tengo un trasplante de riñón y sufro de inmunosupresión, quiero asegurarme de poder combatir cualquier cosa con la que entre en contacto. Quiero disfrutar de la vida, estar en la comunidad y disfrutar de buena comida, viajar y comprar sin preocuparme por contraer una enfermedad. E incluso si me enfermo por la enfermedad con la que entre en contacto, es menos probable que me enferme gravemente o que tenga que ir al hospital. Por eso me pongo todas las vacunas, vacunas y refuerzos recomendados, especialmente en otoño, cuando salen las vacunas de refuerzo contra la gripe y la COVID-19 para las nuevas variantes. Es la manera más fácil de mantenerse sano todo el año.

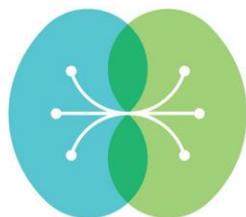
Para obtener más información sobre vacunas para adultos, visite el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) en:

<https://www.cdc.gov/vaccines-adults/index.html>



Atentamente,

Jeff Nelson, Presidente del Comité de Consumidores



**Midwest**  
**Kidney Network**

## ¡Para mí también son importantes las vacunas!

Por Oliver H., Michigan

Como receptor de un trasplante de riñón, mi sistema inmunitario se ve debilitado a propósito por los medicamentos inmunosupresores para evitar que mi cuerpo rechace el nuevo órgano. Si bien esto es fundamental para proteger mi trasplante, también me hace más vulnerable a infecciones que otros podrían combatir fácilmente. Las vacunas anuales, como la vacuna contra la gripe, las vacunas actualizadas contra la COVID-19 y otras recomendadas por mi profesional de la salud, actúan como un escudo, ayudando a mi cuerpo a reconocer y defenderse de virus graves que podrían causar complicaciones o incluso poner en peligro mi trasplante.

Estas vacunas no solo reducen mi riesgo de enfermarme, sino que también ayudan a evitar hospitalizaciones y a proteger a quienes me rodean. Algunas infecciones, como la neumonía o la hepatitis B, pueden ser especialmente peligrosas para personas con sistemas inmunitarios comprometidos y pueden provocar daño renal o afectar mi recuperación general. Mantenerme al día con mis vacunas anuales es una forma proactiva de proteger mi salud y asegurarme de que mi trasplante siga prosperando durante años.

*“Iba a una iglesia, pero estaba tan llena que sentí que no podía asistir con seguridad. Nos cambiamos a otra parroquia que tenía bancas en la parte de atrás. Me sentí mucho más segura allí. Estoy vacunada, pero creo que, por muy segura que uno se sienta, la población en general no necesariamente se limita a evitar el contacto con otros cuando está enferma. Por ello, conviene protegerse vacunándose”. - Patti B., Michigan*

*“Me vacuno para protegerme y proteger a los demás, previniendo la propagación de enfermedades. Únete a mí para vacunarte y proteger a nuestras comunidades.”*

- Mary B., Wisconsin

## Tome una decisión informada

Por Gail S., North Dakota

Mi situación es única en comparación con la de la mayoría de las personas con enfermedad renal crónica u otros problemas renales. Siempre he seguido todas las pautas establecidas. Cuando llegó la COVID, investigué la información disponible, que no era mucha. Finalmente, decidí que debía hacer todo lo posible para estar presente para quienes me necesitaban. Opté por la vacuna Pfizer. Recibí la dosis primaria, la secundaria y una de refuerzo.

Luego, mi médico me recomendó que rechazara la nueva vacuna; esto fue un alivio para mí.

Ya había decidido que no estaba dispuesta a correr el riesgo de sufrir efectos secundarios.

No estoy en contra de las vacunas. Estoy al día con otras, como la neumonía, el herpes zóster, etc. Sin embargo, analizo a fondo la información disponible, tanto la buena como la mala, e incluso considero lo que quizás ni siquiera se sepa. Es importante tener información y datos coherentes. No acepto fuentes que se centren en tácticas de miedo para lograr el cumplimiento. Creo que, como pacientes, necesitamos estar informados y tomar la iniciativa para encontrar la solución adecuada para cada uno de nosotros.



*¡Escanea este código para obtener información sobre la vacuna! Luego, pregunta en tu clínica de diálisis cuándo estará disponible la vacuna*

*contra la gripe y si tienes al día tu vacuna contra la neumonía*