

Remember your kids' wellness visits and vaccines when putting together that back-to-school checklist—and don't forget yours!

As you check off your back-to-school list, don't forget about your child's health checklist. August is [National Immunization Awareness Month](#). This is a great time to work with your child's doctor or nurse to make sure they get caught up on well-child visits and recommended vaccines they may have missed during the COVID-19 pandemic.

The [Centers for Disease Control and Prevention](#) reported a 14 percent drop in vaccine orders in 2020-2021 compared to 2019, and the measles vaccine was down by more than 20 percent¹.

The vaccines approved by the Food and Drug administration protect children from many serious diseases, including polio, whooping cough, meningitis and measles. And vaccines like the HPV vaccine, which is recommended for children starting at age 11-12, protect against cancers caused by the HPV infection.

"Making sure your children are up-to-date on their vaccines is one of the most important things you can do to keep them healthy," says Deborah Stewart, MD, regional medical director for Florida Blue. "Another is to make sure your child sees their doctor at least once a year for a wellness exam. The pandemic caused many parents to delay or even forgo this important exam, but it's not too late to catch up."

Annual wellness visits benefit children in several ways, according to Dr. Stewart. First, in addition to tracking growth and development, your child will receive immunizations to prevent illnesses based on their age. "If they're behind on their vaccines, your child's health care team will work with you to get caught up. This time with your child's care team is also your chance to have any questions or concerns you may have addressed."

For more than 200 years, vaccines have helped keep us healthy. From the first vaccine developed to prevent smallpox to vaccines that have pretty much eliminated serious childhood illnesses, we rely on vaccines to keep us all healthy².

And children aren't the only ones who need vaccines or a wellness visit. Dr. Stewart recommends adults schedule their annual wellness visit, too. "Remember to take care of yourself. Make sure to receive any vaccines you need to stay healthy, including your annual flu shot and COVID-19 booster if needed."

As we head back to our fall routines, don't forget to include your routine health visits and vaccines into the schedule. Here's a handy [chart](#) to help you see what vaccines are needed for both kids and adults, depending on their age and/or health condition.

¹ [cdc.gov/vaccines/hcp/childhood-vaccination-toolkit.html](https://www.cdc.gov/vaccines/hcp/childhood-vaccination-toolkit.html)

² <https://www.cdc.gov/smallpox/history/history.html>

Incluya las visitas de bienestar y las vacunas de sus hijos en la lista para el regreso a clases, ¡y no se olvide de usted!

Cuando haga la lista de cosas pendientes para el regreso a la escuela, no se olvide de la lista de verificación de salud de su hijo. Agosto es el [Mes Nacional de Concientización sobre la Vacunación \(National Immunization Awareness Month\)](#). Es un buen momento para conversar con el médico o la enfermera de su hijo y asegurarse de ponerse al día con las visitas de bienestar y las vacunas recomendadas que posiblemente no recibió durante la pandemia de COVID-19.

Los [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(Centers for Disease Control and Prevention\)](#) reportaron un descenso del 14% en las solicitudes de vacunas durante 2020 y 2021 en comparación con 2019, en particular la vacuna contra el sarampión se redujo en más del 20%¹.

Las vacunas aprobadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (Food and Drug Administration) protegen a los niños de muchas enfermedades graves, como la poliomielitis, la tos ferina, la meningitis y el sarampión. Y otras, como la vacuna contra el virus del papiloma humano (human papillomavirus, HPV), que se recomienda para niños a partir de los 11 o 12 años, protegen contra los cánceres causados por la infección por HPV.

"Asegurarse de que sus hijos estén al día con sus vacunas es una de las cosas más importantes que puede hacer para mantenerlos saludables", afirma Deborah Stewart, MD, directora médica regional de Florida Blue. "También es conveniente asegurarse de que su hijo vaya al médico al menos una vez al año para un examen de bienestar. La pandemia hizo que muchos padres retrasaran o incluso se abstuvieran de llevar a sus hijos a este importante examen, pero ya llegó el momento de ponerse al día en lo que respecta a la salud".

Las visitas anuales de bienestar benefician a los niños de varias maneras, según la Dra. Stewart. Ante todo, además de hacer un seguimiento al crecimiento y el desarrollo, su hijo recibirá vacunas para prevenir enfermedades según su edad. "Si están atrasados con sus vacunas, el equipo de atención médica de su hijo le aconsejará cómo ponerse al día. Esa consulta con el equipo médico de su hijo también le brinda la oportunidad de comentar acerca de cualquier pregunta o inquietud que pueda tener".

Durante más de 200 años, las vacunas nos han ayudado a mantenernos saludables. Desde la primera vacuna desarrollada para prevenir la viruela hasta las vacunas que prácticamente han eliminado enfermedades infantiles graves, dependemos de ellas para mantenernos saludables².

Y los niños no son los únicos que necesitan vacunas o una visita de bienestar. La Dra. Stewart recomienda que los adultos también programen su visita anual de bienestar. "Recuerde que usted también necesita atención médica. Asegúrese de recibir las vacunas que necesita para mantenerse saludable, incluida la vacuna anual contra la gripe y el refuerzo del COVID-19 si es necesario".

A medida que regresamos a nuestra rutina de otoño, no olvide la importancia de programar sus visitas de salud y sus vacunas. Esta [tabla](#) le ayudará a ver qué vacunas se necesitan tanto para niños como para adultos, según su edad y/o condición de salud.

¹ [cdc.gov/vaccines/hcp/childhood-vaccination-toolkit.html](https://www.cdc.gov/vaccines/hcp/childhood-vaccination-toolkit.html)

² <https://www.cdc.gov/smallpox/history/history.html>

Florida Blue y Florida Blue Medicare son Licenciatarías Independientes de Blue Cross and Blue Shield Association.

© 2022 Blue Cross and Blue Shield of Florida, Inc., cuyo nombre comercial es Florida Blue. Todos los derechos reservados.

*Esta es una traducción de su original en inglés. La versión en inglés prevalecerá.
110562S 0822*