

# Las vacunas nos protegen (Vaccines Help Protect Us)

[Locutor] *Este podcast es una presentación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.*

[Mateo] ¡Hola chicos! ¡Bienvenidos al programa Kidtastics de los CDC! Soy Mateo, de Kidtastics. Hoy hablaremos sobre las vacunas y por qué son tan importantes.

[Cristy] Nuestros cuerpos tienen un sistema inmunitario que nos protege de las infecciones y enfermedades. Una vacuna ayuda a preparar a nuestro sistema inmunitario para que luche contra una enfermedad en particular.

[Tomás] Por lo general, una vacuna está hecha del microbio que puede enfermarte, pero este microbio está debilitado o muerto.

[Cristy] Cuando la vacuna entra a nuestro cuerpo, el sistema inmunitario piensa que es el microbio real, y actúa y lucha contra él como si fuera uno de verdad. Pero es más fácil luchar contra la vacuna que contra la enfermedad real para la que te estás vacunando. Además, la vacuna no hace que te enfermes. Una vez que el sistema inmunitario descubre cómo luchar contra un microbio en particular y gana, recordará qué fue lo que funcionó. Si ese enemigo entrara al cuerpo otra vez, tu sistema inmunitario estaría listo para luchar y atacarlo antes de que te pudiera enfermar.

[Mateo] Algunas veces, nuestro sistema inmunitario necesita actualizarse, por eso tenemos que ponernos un refuerzo.

[Tomás] Algunos microbios son muy astutos y cambian con el tiempo, como el virus de la influenza o gripe. Tenemos que ponernos la vacuna contra la influenza *todos* los años para que nuestro cuerpo esté listo para atacar al último virus de la influenza.

[Mateo] Gracias por escuchar este programa de Kidtastics de los CDC. Nos hablamos pronto. Y, ¡no se olviden de mantenerse seguros y saludables!

[Locutor] *Para obtener más información de salud, visita [www.cdc.gov/español](http://www.cdc.gov/español) o llama al 1-800-CDC-INFO, es decir 1-800-232-4636.*