

# ¿POR QUÉ DEBERÍA VACUNARME?

## ¿QUÉ SIGNIFICA VACUNARSE?

Las vacunas evitan que los virus u otros gérmenes te enfermen. Le enseñan a tu sistema inmunitario, el sistema que lo mantiene sano, a atacar los gérmenes antes de que puedan infectarlo. Cuando eras pequeño te vacunaste contra muchas cosas, como el sarampión y la tos ferina. Lo importante es que estas vacunas te protegen. En el caso del COVID-19, significa que no contraerás el virus o contraerás el virus, pero estarás protegido de enfermarte gravemente. Esto es importante ya que las nuevas "variantes", que son nuevos tipos del virus, se están propagando. La variante "Delta" es aún más fácil de atrapar, por lo que es aún más importante vacunarse! Pero suficientes personas deben vacunarse para que podamos reducir la cantidad de virus que hay en nuestras comunidades para que podamos volver a la normalidad.

## ¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS DE VACUNARSE?

¡El mayor beneficio de vacunarse contra la COVID-19 es que estarás protegido contra el virus o contra una enfermedad grave! Este virus ha matado a más de 600,000 personas en los Estados Unidos y vacunarse es la única manera de asegurarse de que estes seguro. Esto es aún más importante ahora que la variante Delta se está propagando. Ya ha infectado a muchas personas que no fueron vacunadas y está causando enfermedades graves y la muerte.

## ¿HAY ALGÚN RIESGO DE VACUNARSE?

Hasta el momento no se han notificado riesgos a largo plazo por recibir la vacuna contra la COVID-19. Las vacunas han sido probadas y se les ha dado aprobación para "uso de emergencia" por parte del gobierno para que las vacunas puedan llegar a nosotros rápidamente. Más de 100 millones de estadounidenses ya han sido vacunados. La mayoría de las personas tendrán algunos efectos secundarios, como dolor en el brazo, sensación de cansancio o dolor del cuerpo. Estos son NORMALES. Son solo la forma en que el cuerpo aprende a reconocer el virus y desarrollar una defensa contra él.

## NO ESTOY SEGURO DE CONFIAR EN QUE LAS VACUNAS SEAN SEGURAS.

A algunas personas les preocupa que las vacunas se hayan desarrollado demasiado rápido. Pero las vacunas se basan en una ciencia que se desarrolló hace años. Las empresas que las fabrican también han recibido muchos recursos para crear estas vacunas para que puedan ser fabricadas rápidamente.

Hay muchos recursos para obtener más información sobre las vacunas contra el COVID-19. Habla con tu médico o alguien de confianza acerca de la información médica. Si te conectas a Internet, asegúrate de buscar fuentes que tengan buena información, como los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), hospitales como Temple o UPenn, o [Phila.gov/COVID](https://www.phila.gov/covid)

# VACUNA CONTRA EL COVID-19 PREGUNTAS FRECUENTES

## VACUNA 101 - ¿QUÉ ES?:

Hay tres vacunas contra el COVID-19. Dos (Pfizer y Moderna) usan el ARN del virus (sus genes) para ayudar al sistema inmunitario a reconocer el SARS-CoV-2, el virus que causa la COVID-19. La vacuna NO cambia tus propios genes. El otro (Johnson y Johnson) utiliza proteínas del virus para ayudar a tu cuerpo a reconocer el virus. Los tres son muy efectivos ya sea para evitar que contraigas el virus o que te enfermes gravemente o mueras por COVID-19. También son eficaces para protegerte de enfermarte gravemente o morir a causa de la nueva "variante Delta", un nuevo tipo de virus de COVID-19 que es incluso más fácil de atrapar que el virus original. Si aún no te haz vacunado, ¡ahora es el momento de hacerlo!

## ¿ES SEGURA?

¡Sí! Las vacunas han sido probadas y ya se han administrado de forma segura a más de 100 MILLONES DE estadounidenses. Las reacciones graves son raras, pero te monitorearemos para asegurarnos de que no tenga una reacción a la inyección.

## ¿ME ENFERMARÁ?

¡No! Las vacunas no usan virus vivos y NO te pasan el COVID-19. El cuerpo tarda unas semanas en construir su defensa, por lo que es posible infectarse antes de eso. Es por eso que todavía es importante usar una máscara, estar a seis pies de los demás y lavarse las manos. What are the side effects?

## ¿CUÁLES SON LOS EFECTOS SECUNDARIOS?

Incluso cuando haces algo bueno para ti como el ejercicio, hay efectos secundarios como dolor muscular. La mayoría de las personas que reciben la vacuna dicen que tienen dolor del brazo. También puedes sentirte cansado o tener dolor de cabeza. También es posible que tenga fiebre leve o que le duela el cuerpo. Esto es NORMAL. ¡Solo significa que tu sistema inmunológico está funcionando! Y estos desaparecerán mas o menos en un día.

## ¿QUÉ PASA SI YA HE TENIDO COVID-19?

¡Igual deberías vacunarte! Es posible volver a contraer el COVID-19 y enfermarse, por lo que debes vacunarte para evitar que eso suceda.

## ¿HAY ALGUNAS PERSONAS QUE NO DEBAN VACUNARSE?

Si has tenido una reacción alérgica grave a otras vacunas, es posible que no desees recibir la vacuna contra el COVID. ¡Habla con tu médico sobre si es adecuado para ti!

# VACUNA CONTRA EL COVID-19

## MITO

### ¿LA VACUNA CONTRA LA COVID-19 ALTERARÁ MI ADN?

¡NO! Las vacunas Pfizer y Moderna utilizan el "ARN mensajero" para enseñar a nuestras células cómo protegernos del virus que causa el COVID-19. Esto es específico del virus y NO afecta tu ADN de ninguna manera. La vacuna Johnson and Johnson utiliza virus inactivos para enseñar a su cuerpo a combatir el virus que causa la COVID-19. Esto tampoco te enfermará ni alterará tu ADN.

### SI TUVE COVID-19, ¿TODAVÍA NECESITO VACUNARME?

SÍ! No sabemos cuánto tiempo estarás protegido del COVID-19 después de tenerlo, por lo que es posible volver a tenerlo. Es mejor vacunarse porque esta protección suele durar más que la inmunidad que tenemos después de estar enfermos. NOTA: Si recibiste tratamiento con "anticuerpos monoclonales" o "plasma convaleciente" cuando tuviste COVID-19, debes esperar 90 días antes de vacunarte. Habla con tu médico si no estás seguro de qué tratamientos recibiste o si tienes otras preguntas sobre vacunarte.

### LA VACUNA ESTUVO DISPONIBLE RÁPIDAMENTE. ¿ES SEGURA?

A algunas personas les preocupa que las vacunas se hayan desarrollado demasiado rápido. Pero las vacunas se basan en una ciencia que se desarrolló hace casi 20 años para ayudar a responder a un brote, al igual que lo estamos haciendo ahora. Esto hace que el proceso de fabricación de la vacuna sea más rápido. Las empresas que las fabrican también han recibido muchos recursos para crear estas vacunas para que puedan ser fabricadas rápidamente.

### ¿DARÉ POSITIVO EN LA PRUEBA DE COVID-19 DESPUÉS DE LA VACUNACIÓN?

¡NO! Ninguna de las vacunas hará que tu des positivo en una prueba del virus COVID-19. Esta prueba muestra la infección actual. Es posible que des positivo en una prueba de anticuerpos porque las vacunas ayudan al cuerpo a desarrollar anticuerpos, que es lo que lo protege de la infección. Esta prueba solo muestra que estás protegido contra el COVID-19.

### ES SEGURO SI ESTOY EMBARAZADA O QUIERO QUEDAR EMBARAZADA?

SÍ! No hay evidencia de que vacunarse sea peligroso para las mujeres que ya están embarazadas, están amamantando o que quieren quedar embarazadas. De hecho, contraer COVID-19 es peligroso tanto para la mujer como para su bebé, por lo que vacunarse es la mejor protección. No hay razón para no vacunarse. Pero si todavía estás preocupado, habla con tu médico.

# VACUNA CONTRA EL COVID-19

## EFFECTOS SECUNDARIOS

### ¿CUÁLES SON LOS EFECTOS SECUNDARIOS?

Los efectos secundarios son solo cosas que pueden suceder después de hacer algo. La mayoría de las veces pensamos en ellos como malos o desagradables cuando tomamos medicamentos. Pero los efectos secundarios también pueden ser algo bueno o beneficioso. Si lo piensas, tenemos efectos secundarios para muchas cosas. Si hacemos ejercicio, lo cual es bueno para nosotros, podemos tener buenos efectos secundarios como tener más energía o dormir mejor. Pero también podemos tener un mal efecto secundario como tener músculos adoloridos al día siguiente. En el caso de las vacunas, es posible que tengas algunos efectos secundarios a medida que tu cuerpo aprenda a combatir el virus contra el que está siendo vacunado, en este caso el virus que causa COVID-19.

### ¿CUÁLES SON LOS EFECTOS SECUNDARIOS MÁS COMUNES?

Los efectos secundarios que las personas informan de la vacuna contra la COVID-19 son similares a los efectos secundarios de cualquier vacuna. El más común es un dolor en el brazo donde se aplicó la inyección. Otras cosas comunes incluyen fiebre baja, dolores corporales o dolor de cabeza, y algunas personas también se sentirán cansadas. Tener cualquiera de estos síntomas es NORMAL. ¡Solo significa que tu sistema inmunológico está funcionando! Y estos desaparecerán mas o menos en un día.

### SI TENGO EFECTOS SECUNDARIOS SIGNIFICA QUE TENGO COVID-19?

¡No! Las vacunas no usan virus vivos y NO te pasan el COVID-19. El cuerpo tarda unas semanas en construir su defensa, por lo que es posible infectarse antes de eso. Es por eso que todavía es importante usar una máscara, estar a seis pies de los demás y lavarse las manos.

### ¿HAY EFECTOS SECUNDARIOS GRAVES?

En muy raras ocasiones, alguien podría tener una reacción alérgica grave a la vacunación. Es por eso que te mantenemos después de la vacunación y lo monitoreamos durante 15 minutos. Si tienes una reacción, hay personal médico presente para ayudarte. En los Estados Unidos, se han notificado muy pocos de estos efectos secundarios graves.

### ¿QUÉ DEBO HACER SI TENGO EFECTOS SECUNDARIOS?

Si tienes algún efecto secundario, puedes controlarlo tomando paracetamol (Tylenol) o ibuprofeno (Advil, Motrin). Estos pueden ayudar a aliviar el dolor o ayudar con la fiebre. Además, asegúrate de descansar y beber agua para mantenerte hidratado. Esto puede ayudar a tu cuerpo a recuperarse más rápido.