



# Vacúnese contra la COVID-19

## Get Vaccinated Against COVID-19 (Spanish)

### Toda la información sobre la vacuna contra la COVID-19

#### All About the COVID-19 Vaccine

Los proveedores de atención médica recomiendan que la mayoría de las personas se vacunen contra la COVID-19. Las vacunas contra la COVID-19 son eficaces, seguras y necesarias para detener la propagación del virus. Vacúnese para ayudarse a usted mismo, a su familia, a su comunidad y a los que no pueden recibir la vacuna.

Hay una vacuna contra la COVID-19 disponible para la mayoría de las personas en los Estados Unidos. Este material está destinado a ayudarle a informarse sobre la vacuna, así como sobre las dosis adicionales y de refuerzo.

Desde el comienzo de la pandemia de la COVID-19, los investigadores probaron varias vacunas bajo pautas estrictas. Aunque a algunas personas les pueda parecer que la vacuna se creó rápido, en realidad se desarrolló durante mucho tiempo a partir de años de investigación que se usaron para otras vacunas víricas. Esta investigación previa permitió fabricar la vacuna contra la COVID-19 en menos tiempo del habitual.

#### ¿Por qué hay que vacunarse?

##### Why get vaccinated?

Las vacunas ayudan al cuerpo a crear la capacidad de combatir el virus. Algunos ejemplos son la vacuna contra la influenza, la vacuna contra la varicela y muchas más.

Es posible que una vacuna no evite que contraiga el virus de la COVID-19. Sin embargo, si lo contrae, estar vacunado puede evitar que se enferme gravemente. Además, es posible que evite desarrollar complicaciones por la enfermedad. Ese puede ser un beneficio de la vacuna que salve vidas.

A medida que los investigadores y los proveedores de atención médica obtienen más información sobre el virus de la COVID-19 y las vacunas disponibles, estos recomiendan que todos los que califican para recibir la vacuna lo hagan. Algunos beneficios de que su familia reciba la vacuna incluyen los siguientes:

- Es posible que su familia no tenga que hacer cuarentena después la exposición al virus.
- Es posible que su hijo tenga que faltar menos a la escuela.
- Es posible que su familia pueda practicar deportes, salir con amigos, participar en otras actividades y preocuparse menos por contraer la COVID-19.
- Es posible que la salud mental de su familia mejore al retomar cierto grado de normalidad.

La Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos declaró que las vacunas contra la COVID-19 son seguras y eficaces. La eficacia de las vacunas varía según el tipo de vacuna que reciba, su edad y la salud general y otros factores. Si tiene alguna pregunta, consulte al proveedor de atención médica.



### ¿Quién debería vacunarse? Who should get vaccinated?

Todas las personas que califican para recibir la vacuna deberían hacerlo, a menos que el proveedor de atención médica les indique lo contrario. Las personas que califican para recibir la vacuna incluyen las mujeres que intentan quedar embarazadas ahora o en el futuro, **así como** aquellas que están embarazadas y las que están amamantando.

#### Opciones de vacunas para personas de 18 años y mayores

- La vacuna de dos dosis de Pfizer-BioNTech. Estas dos dosis se administran con un intervalo mínimo de 21 días.
- La vacuna de dos dosis de Moderna. Estas dos dosis se administran con un intervalo mínimo de 28 días.
- La vacuna de una dosis de Janssen de Johnson & Johnson.

#### Opciones de vacunas para personas de 5 a 17 años

- La vacuna de dos dosis de Pfizer-BioNTech. Estas dos dosis se le administrarán a su hijo con un intervalo mínimo de 21 días.

## ¿Debería recibir una dosis adicional si tengo un sistema inmunitario debilitado? Should I get an additional dose if I have a weakened immune system?

Todas las personas que tengan un sistema inmunitario debilitado, denominadas inmunodeprimidas, deberían recibir una dosis adicional. Esto también se conoce como tercera dosis.

Es posible que las personas que tienen un sistema inmunitario debilitado no hayan respondido lo suficientemente bien como para tener la protección necesaria contra la COVID-19 después de recibir la vacuna. Es posible que la dosis adicional de la vacuna brinde una mayor protección contra la COVID-19. Las personas que tienen un sistema inmunitario debilitado a menudo necesitan vacunarse más de una vez para varias enfermedades.

Actualmente, se recomienda la dosis adicional para aquellas personas que:

- Reciben ciertos tipos de tratamientos oncológicos para tumores o cánceres hematológicos.
- Reciben tratamiento con corticoides u otros medicamentos que pueden inhibir el sistema inmunitario.
- Se sometieron a un trasplante de órgano y toman medicamentos para inhibir el sistema inmunitario.
- Se sometieron a un trasplante de células madre en los últimos dos años.
- Tienen un trastorno de inmunodeficiencia primaria leve o grave, como el síndrome de DiGeorge o el síndrome de Wiskott-Aldrich.
- Tienen una infección por el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) avanzada o sin tratar.

Puede recibir una dosis adicional en cualquier momento después de las cuatro semanas siguientes a la dosis de la vacuna de Janssen de Johnson & Johnson o la segunda dosis de las vacunas de Pfizer y Moderna.

## ¿Quién debería recibir una dosis de refuerzo de la vacuna contra la COVID-19 y quién califica para ello?

### Who should get a booster dose of the COVID-19 vaccine and who is eligible?

La mayoría de las personas deberían recibir la dosis de refuerzo en cuanto califiquen para ello.

Se autorizó el uso de las vacunas de Pfizer-BioNTech, Moderna y Janssen de Johnson & Johnson para que se las administre como refuerzo.

#### Si recibió la serie de vacunas contra la COVID-19 de Pfizer o Moderna

Las personas que **deberían** recibir una dosis de refuerzo de las vacunas de Pfizer o Moderna incluyen aquellas que:

- Tienen 65 años o más.
- Viven en un centro de cuidado a largo plazo.
- Tienen entre 50 y 64 años y padecen una enfermedad subyacente que puede ponerlas en riesgo de enfermarse gravemente. Algunos ejemplos de afecciones subyacentes son la diabetes, el asma, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), la obesidad y los trastornos del estado de ánimo.

Asimismo, **puede ser que** reciban una dosis de refuerzo aquellas personas que:

- Tengan entre 18 y 49 años y padezcan una enfermedad subyacente que pueda ponerlas en riesgo de enfermarse gravemente.
- Tengan entre 18 y 64 años y corran un mayor riesgo de exposición y transmisión de la COVID-19 debido a su trabajo o al tiempo que pasen en un entorno institucional. Este es el caso, por ejemplo, de trabajadores de atención médica, docentes, personal de guarderías, trabajadores de supermercados y personas que están en prisión o residen en refugios para gente sin hogar.

#### Si recibió la vacuna de Janssen de Johnson & Johnson

Todas las personas que recibieron la vacuna de Janssen deben recibir un refuerzo.

#### ¿Qué marca de la vacuna de refuerzo debería recibir?

Si bien se recomienda recibir la misma marca de vacuna para la dosis de refuerzo que la dosis inicial, es seguro y está permitido recibir cualquiera de las dosis autorizadas de refuerzo contra la COVID-19.

## ¿Cuándo debería recibir la dosis de refuerzo?

### When should people get the booster?

Es importante recibir una dosis de refuerzo de una vacuna en el momento oportuno.

- Si le administraron la serie de vacunas contra la COVID-19 de **Pfizer o Moderna**, debe recibir una dosis de refuerzo después de **seis meses o más** de su segunda dosis de la serie inicial de la vacuna. Los proveedores de atención médica recomiendan que las personas inmunodeprimidas reciban la dosis de refuerzo seis meses después de su dosis adicional.
- Si recibió la vacuna contra la COVID-19 de **Janssen de Johnson & Johnson**, debe recibir la dosis de **refuerzo después de dos meses o más** de la vacuna. Si tiene un sistema inmunitario debilitado y ya recibió una de las otras vacunas contra la COVID-19 como una dosis adicional, no necesita una dosis de refuerzo de la vacuna de Janssen en este momento.

Es posible que cualquiera de las recomendaciones de este material cambie a medida que los proveedores de atención médica obtienen más información. Para obtener la información y las recomendaciones más actualizadas, consulte el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés).

## ¿Por qué se debería recibir una dosis de refuerzo?

### Why should people get a booster?

Los proveedores de atención médica descubrieron que es posible que la protección haya disminuido con el tiempo desde que las personas recibieron la dosis inicial de la vacuna. Es posible que la dosis de refuerzo brinde mayor protección contra la COVID-19.

Antes de recibir una dosis adicional o de refuerzo, el equipo de atención médica necesita una prueba de que recibió la primera serie de vacunas. Puede mostrar su tarjeta de vacunación como prueba o bien el proveedor de atención médica tendrá que encontrar la documentación en su expediente médico.

Si califica para recibir una dosis adicional o de refuerzo, recíbala lo antes posible según lo indiquen las pautas vigentes. Consulte la información de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades sobre quién debería recibir una dosis adicional o de refuerzo y cuándo hacerlo.



## ¿Cuáles son los efectos secundarios de la vacuna?

### What are the side effects of the vaccine?

Las reacciones leves o moderadas a la vacuna que son de corta duración se dan por solo uno o dos días. Alrededor del 15 por ciento de las personas presentan dolor de corta duración en el sitio de la inyección. Alrededor de la mitad de las personas vacunadas presenta dolor de cabeza, escalofríos, cansancio, dolor muscular o articular o fiebre que dura uno o dos días.

Recuerde que estos efectos secundarios significan que el sistema inmunitario está respondiendo a la vacuna. Los beneficios de la vacuna superan las molestias de los efectos secundarios.

Cuando las personas reciben las dosis adicionales o de refuerzo, los estudios indican que tienen síntomas similares a los que tuvieron después de recibir la primera serie de vacunas. Por lo general, estos síntomas son leves y solo duran alrededor de un día.

## Qué puede hacer con respecto a los efectos secundarios

### What to do about side effects

Muchas personas no presentan reacciones ni efectos secundarios después de recibir la vacuna. Sin embargo, si los presenta, no significa que tenga la COVID-19. Si tiene una reacción, tómese tiempo para descansar y permita que su cuerpo se recupere.

Los efectos secundarios no deberían impedirle ir a trabajar o hacer otras actividades. Sin embargo, quédese en su casa si tiene fiebre. No es necesario realizarse una prueba de la COVID-19 ni hacer cuarentena.

Si presenta reacciones que le impidan comer, dormir o ir a trabajar, comuníquese con el proveedor de atención médica. Asimismo, debe comunicarse con el proveedor de atención médica si presenta reacciones que duren más de tres días.



Los signos de una reacción alérgica incluyen urticaria, hinchazón de la cara y la garganta, dificultad para respirar, latidos cardíacos acelerados, mareos o debilidad. **Si presenta alguno de estos signos, llame al 911 o pida que lo lleven al departamento de emergencia más cercano.**

## Dónde recibir la vacuna o una dosis adicional o de refuerzo

### Where to get vaccinated or get an additional or booster dose

Es fácil buscar dónde vacunarse. La vacuna está disponible en muchos lugares: consultorios médicos, tiendas, farmacias, centros comerciales, aeropuertos y centros comunitarios.

Si necesita ayuda para encontrar un lugar donde recibir la vacuna o una dosis adicional o de refuerzo, llame al proveedor de atención médica o al departamento de salud de su condado. Asimismo, en el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades puede encontrar los puntos de vacunación en su zona.

# No lo retrase: vacúnese Do Not Delay: Get Vaccinated!

Considere la posibilidad de vacunarse. Considere la posibilidad de que sus hijos y otros miembros de su unidad familiar se vacunen. La vacuna ayuda a protegerlos a usted y a su familia de enfermarse gravemente y los ayuda a mantenerse sanos.



## CENTRO BARBARA WOODWARD LIPS PARA EDUCACIÓN AL PACIENTE

Barbara Lips, residente de San Antonio, Texas, fue una leal paciente de Mayo Clinic durante más de 40 años y una líder empresarial por iniciativa propia que expandió considerablemente los negocios familiares en las áreas de petróleo, gas y ganadería. A su fallecimiento en 1995, Lips otorgó su máximo reconocimiento a Mayo Clinic y le legó todos sus bienes. Mayo nombró el Centro Barbara Woodward Lips para Educación al Paciente en su honor a modo de reconocimiento por su generosidad, amor por el aprendizaje, confianza en el empoderamiento del paciente y dedicación a una atención médica de alta calidad.

*Este material es para su instrucción e información solamente y el contenido no reemplaza las recomendaciones, el diagnóstico ni el tratamiento médico. La información aquí presentada puede cambiar debido a nuevas investigaciones. Si tiene preguntas acerca de alguna enfermedad, siempre consulte con el proveedor de atención médica.*