



¡Por favor no espere,  
**vacúnese!**

# Educación para una **Vida Saludable**

## Lo que debo saber acerca del **COVID-19**

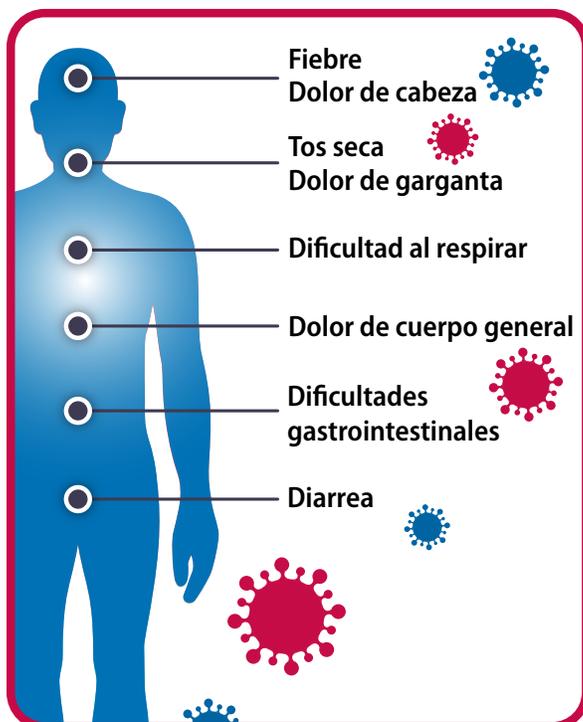
### ¿Qué es el COVID-19?

COVID-19 es un virus parecido a la gripe. Puede propagarse cuando las personas están en poca proximidad. Se puede propagar cuando las personas tosen o estornudan cerca de usted. Puede difundirse tocando cosas que las personas que tienen COVID-19 han tocado. COVID-19 se ha extendido por todo el mundo y ha matado a más de 4 millones de personas. Se propaga rápidamente y es un problema de salud muy grave para todos.



### ¿Cómo afecta el COVID-19 a las personas?

COVID-19 afecta a cada persona de maneras diferente. Algunas personas se enferman. Otras personas se enfermarán tanto que tendrán que ir a un hospital. Algunas personas morirán; muchos estadounidenses ya han muerto a causa del COVID-19. Sin embargo, algunas personas simplemente se sentirán mal y otras pueden sentirse bien.



### ¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Hay muchas formas en que COVID-19 podría hacerte sentir mal.

- Algunas personas padecerán de dificultades al respirar.
- Algunas personas tendrán fiebre o escalofríos.
- Algunas personas sufrirán de tos desagradable.
- Algunas personas tendrán un dolor de cabeza muy fuerte.
- Algunas personas se sentirán muy cansadas.
- Algunas personas padecerán de dolores y molestias.
- Algunas personas tendrán malestar estomacal o diarrea.
- Algunas personas notarán que no pueden saborear u oler cosas que normalmente podrían.

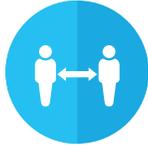
## ¿Cómo puedo protegerme del COVID-19?



Vacúnese contra el COVID-19.



Use una mascarilla para proteger a todos.



Manténgase a una distancia mínima de 6 pies de personas ajenas a su hogar.



Lave sus manos a menudo con agua y jabón por 20 segundos cada vez.



Use desinfectante en gel solo si no puede usar agua y jabón - restriegue el desinfectante en ambas manos hasta que se sequen.



Manténgase alejado de personas que estén enfermas con COVID-19.

## ¿Qué son las vacunas?

Las vacunas funcionan preparando su cuerpo para defenderse de enfermedades (como una vacuna anual contra la gripe). Los científicos han elaborado vacunas que pueden prevenir que las personas fallezcan de COVID-19. Las vacunas funcionan de dos formas. Primero, pueden evitar que contraigas COVID-19. En segundo lugar, aún si contraes COVID-19, tendrás síntomas leves.



## ¿Qué vacunas puedo usar contra el COVID-19?

Las vacunas son conocidas por el nombre de la empresa que las fabrica. Estas son Pfizer (diga "fi-zer"), Moderna, y Johnson & Johnson. Le pondrán una inyección en el brazo. Las vacunas Pfizer y Moderna requieren dos inyecciones. Las vacunas Pfizer y Moderna requieren dos inyecciones iniciales y se recomienda una dosis de refuerzo 8 meses después.



**Pfizer** - Después de la primera inyección, debe esperar 3 semanas para la segunda dosis.

Si no puede obtener la segunda inyección en el tiempo recomendado, aún así, debe recibir la inyección lo antes posible. La segunda inyección ayuda a aumentar la protección que estas vacunas pueden brindarle.



**Moderna** - Después de la primera inyección, debe esperar 4 semanas para la segunda dosis.



La vacuna **Johnson & Johnson** solo requiere una (1) dosis. ¡Esta puede ser su mejor opción si no le gustan las inyecciones!