



# Educación para una **Vida Saludable**

## ¡Lo que debo saber acerca de las **VACUNAS!**

### ¿Qué son las vacunas?

Las vacunas son un tratamiento que ayuda a prevenir enfermedades. Las vacunas son puestas a prueba por científicos para asegurarse de que funcionan y son seguras. La gente puede enfermarse a medida que gérmenes como bacterias o virus atacan el cuerpo. Estos pueden invadir y multiplicarse rápidamente. A esto le llamamos una infección. Muchas enfermedades que solían ser mortales ahora pueden prevenirse con vacunas. Después de recibir la dosis adecuada de una vacuna decimos que se está vacunado contra esa enfermedad.



### ¿Cómo funcionan las vacunas?

Cuando una enfermedad ataca el cuerpo, éste intenta combatir la infección. Las vacunas preparan el cuerpo para defenderse contra la enfermedad. Algunas vacunas contienen una pequeña cantidad de virus o bacteria. A través de la vacuna, nuestro sistema de defensa (llamado sistema inmunológico) puede aprender sobre el virus y prepararse en la eventualidad de que lo contraiga. Con vacunas, las enfermedades se pueden prevenir por completo o, si las personas aún contraen la enfermedad, ayudar a que esta sea más leve. Las vacunas también ayudan a prevenir el contagio de enfermedades a otras personas. Algunas vacunas pueden funcionar con una sola dosis, pero otras requieren más para funcionar adecuadamente. Algunas (como la vacuna contra la gripe) deben repetirse todos los años. Esto se debe a que algunos virus pueden cambiar su forma de ataque: por lo que la vacuna también debe adaptarse para combatirlos.



### ¿Cómo obtengo una vacuna?

Siempre pregúntele a su médico qué vacunas están disponibles, recomendadas para su edad y estado de salud, y dónde puede obtenerlas. Hay vacunas disponibles para muchas condiciones médicas, incluyendo vacunas contra el sarampión, la gripe y la varicela. Las vacunas se ofrecen por edad y tipo de enfermedad. Algunas solo se le administran a jóvenes y otras a los ancianos. Algunas solo se administran si existe riesgo de adquirir una enfermedad cuando se viaja al extranjero. Otras, como las vacunas para el COVID-19, se administran tanto a niños, adultos, como a personas mayores.



Las vacunas funcionan mejor cuando todos las recibimos. Estas ayudan a detener la propagación de enfermedades y a prevenir el contagio. También ayudan a prevenir la muerte de aquellas personas que contraen la enfermedad a pesar de estar vacunados. La mayoría de las vacunas

se administran en el músculo del brazo con una pequeña aguja. Las personas con diferencias en las extremidades pueden ser inyectados en el músculo de la pierna o en otro lugar donde haya un músculo accesible. Los músculos tienen muchos vasos sanguíneos. Esto ayuda a que la vacuna se propague rápidamente y a que el cuerpo pueda defenderse contra la enfermedad.

## ¿Qué sucede después de la inyección?

La mayoría de las personas se sienten bien después de vacunarse. Algunas veces la vacuna puede causar dolor en el brazo o músculo inyectado. Otras veces puede causar una gripe leve, cansancio, dolor de cabeza o malestar estomacal. Si se siente mal por más de unos días después de vacunarse, debe comunicarse con su médico. Pocas personas pueden tener una reacción alérgica que necesite de tratamiento inmediato en la sala de emergencias de su hospital más cercano.



## ¿Por qué algunas personas no se vacunan?

Todo el mundo tiene derecho a rechazar las vacunas. Sin embargo, algunas personas han sido mal informadas sobre las vacunas y esto les causa temor. Si le preocupa vacunarse, debe hablar con su médico para aclarar sus dudas. Explíquele a su doctor lo que usted piensa y lo que ha escuchado o leído que le causa incertidumbre. Su médico puede ayudar a aclarar sus dudas y hacerle saber si usted debe vacunarse. A un pequeño porcentaje de la población, por complicaciones de salud, se les hace difícil vacunarse. ¡Nuevamente, su médico puede asesorarle sobre vacunas apropiadas para usted según su condición!



- ¡Las vacunas salvan vidas!
- ¡Las vacunas son seguras!
- ¡Las vacunas funcionan!