

Vacuna Contra el COVID-19: Conozca los Datos para Mantenerse Seguro y Proteger a los Demás



Introducción

Este manual le ayudará a conocer más acerca de la vacuna contra el COVID-19. La vacuna puede proteger a usted y a sus seres queridos.

Este manual fue escrito por expertos en salud pública y doctores. Muchos miembros de la comunidad proporcionaron información.

Si recibe este manual en una sesión de aprendizaje comunitaria, por favor recuerde:

- Lo más probable es que el líder de su grupo sea un voluntario que no sea un experto en salud. Si tiene preguntas que no le puedan responder, hable con su doctor. Juntos, ustedes forman un gran equipo y pueden tomar las mejores decisiones para su salud.
- ¡Este manual es interactivo! Durante su sesión, siga la guía del líder de su grupo. Usted verá este símbolo en el manual cuando sea el momento de que usted escriba algo:



Los científicos siguen estudiando formas de prevenir y tratar el COVID-19. Consulte con su doctor o su departamento de salud con frecuencia para conocer los datos más recientes.

Acerca del COVID-19

¿Qué es el COVID-19?

El COVID-19 es una enfermedad causada por un nuevo virus. Afecta sus pulmones y puede causar una serie de síntomas. Usted puede tener síntomas leves como tos ligera. O bien, podría tener síntomas mayores como no poder respirar.

¿Quién está en riesgo de contraer el COVID-19?

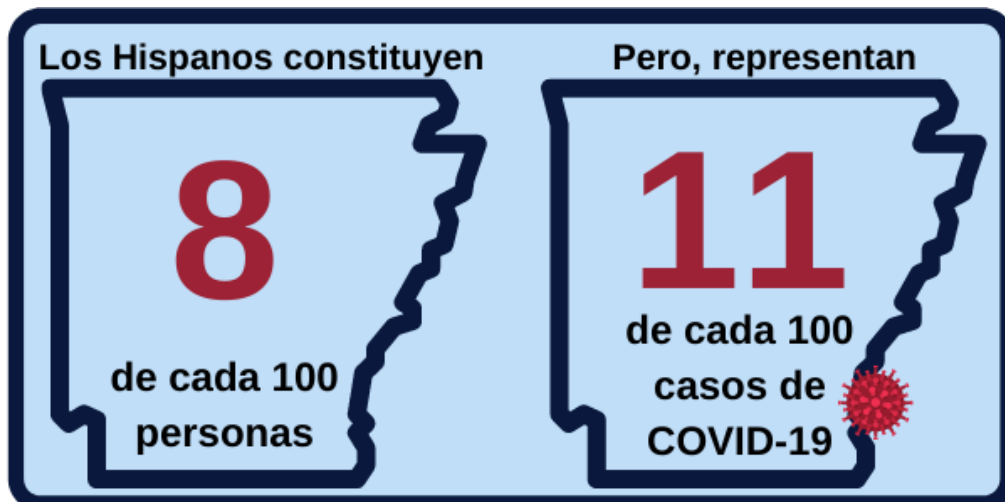
Todos están en riesgo de contraer el COVID-19. Esto se debe a que el virus se transmite fácilmente de persona a persona. Incluso, si usted ya haya tenido el virus, podría volver a contraerlo.

Algunos grupos tienen más riesgo que otros. Es posible que usted tenga más probabilidades de contraer el COVID-19 basado en su:

Trabajo: Si usted trabaja en lugares donde está rodeado de mucha gente, su riesgo es más alto. Estos lugares podrían incluir:



Raza: Las personas de todas las razas contraen el COVID-19. Pero, las personas de color tienen más riesgo de contraer el COVID-19. No sabemos todas las razones para esto, pero está pasando. Por ejemplo, en Arkansas en el año 2021:



¿Qué tan grave es el COVID-19?

Si contrae el COVID-19, usted podría no tener ningún síntoma. O podría tener síntomas leves, tales como los que tiene con un resfriado. Pero, el virus también puede causar **mayores daños** a sus pulmones. También podría causarle **problemas de salud graves**, como falla del corazón, problemas de los riñones, coágulos de sangre, o derrame cerebral. Hasta podría morir debido al COVID-19.



Usted no sabe cómo le afectará el COVID-19.

Aunque usted tenga un caso leve del COVID-19 al principio, no sabemos cómo el COVID-19 podría afectarle después. Podría tener efectos secundarios crónicos (a largo plazo) debido al COVID-19. Todavía estamos aprendiendo cuáles pueden ser esos efectos secundarios a largo plazo, pero algunos incluyen:

- Cansancio que no desaparece
- Problemas para pensar con claridad, lo cual puede hacer difícil para que usted trabaje

Con el tiempo, el coronavirus ha cambiado. Han comenzado a propagarse nuevos tipos de virus (llamados variantes). **Las nuevas variantes del virus parecen propagarse más fácil y rápidamente y causar síntomas más graves.** Si usted contrae una nueva variante, es más probable que usted necesite estar en el hospital o que necesite medidas para salvar vidas.

Algunos grupos de personas tienen más riesgo de contraer el COVID-19 **más grave**.



Si usted es parte de uno de los grupos de abajo, marque la casilla en ese grupo.

Hispanos

Mas de **2** Hispanos mueren debido al COVID-19 por cada **1** persona blanca.

The diagram consists of three person icons. The first two are dark blue and are each enclosed in a red circle. The third is a white outline and is not circled. This visualizes that more than two Hispanic people die for every one white person.

Adultos de 65 años o más

Sólo **17** de cada 100 personas en los Estados Unidos son adultos de 65 años o más.

Pero, los adultos de 65 años o más representan **80** de cada 100 muertes debido al COVID-19.

The diagram shows two 10x10 grids of person icons. In the first grid, 17 icons are circled in red, representing 17% of the total. In the second grid, 80 icons are circled in red, representing 80% of the total.

Las personas con ciertos problemas de salud. Todavía estamos aprendiendo acerca de esto, pero sabemos que esto incluye a personas con:

- + Obesidad
- + Diabetes
- + Problemas del corazón
- + Alta presión arterial
- + Cáncer
- + Problemas pulmonares como el asma y enfermedad pulmonar obstructiva crónica (COPD por sus siglas en inglés)
- + Problemas de los riñones
- + Síndrome de Down
- + Sistema inmunológico débil

Personas que fuman.

¿De qué otra manera podría el COVID-19 impactar mi vida y la vida de mis seres queridos?



Si contrae el COVID-19, usted podría contagiar a otras personas. Incluso si usted no está muy enfermo, aún podría contagiar a alguien más con el COVID-19 que podría sufrir más. De hecho, usted puede contagiar a los demás con el COVID-19, aunque usted no tenga ningún síntoma. Recuerde que no hay forma de saber quién se enfermará gravemente debido al COVID-19 o tendrá efectos a largo plazo.



¿Quiénes son las personas a las que quiere proteger? Escríbalas en el espacio abajo.

Adultos con los que vivo o cuido	Niños con los que vivo o cuido	Otras personas que me importan



Usted y otros podrían faltar al trabajo y perder el sueldo. Si usted u otras personas que a usted le importan contraen el COVID-19 y tienen que faltar al trabajo, esto podría afectar sus cheques de pago. Es posible que usted no pueda trabajar si:

- Usted tiene el COVID-19 o estuvo expuesto a alguien que lo tiene
- Su trabajo debe cerrar porque hay muchas personas que están enfermas o han estado expuestas al COVID-19
- Su hijo tiene que quedarse en casa y no ir a la escuela o la guardería, y usted tiene que quedarse con ellos porque:
 - Tienen el COVID-19 o se expusieron a alguien que lo tiene
 - La escuela o la guardería cierran el cuidado en persona porque hay muchas personas que están enfermas o han estado expuestas



Puede ser difícil recibir cuidado médico. Es posible que usted u otras personas importantes para usted no puedan recibir el cuidado médico que necesita si el sistema de cuidado médico está ocupado atendiendo a muchos pacientes con COVID-19. Por ejemplo, vamos a decir que un miembro de su familia tiene programada un reemplazo de cadera. Si el hospital tiene un gran número de pacientes del COVID-19, es posible que tengan que cancelar o reprogramar su cirugía. Esperar podría significar más dolor y más días de perderse de hacer las cosas que le gustan a su familiar.



Es posible que le sea difícil cuidar de los niños y de los miembros mayores de la familia. Si usted o alguien con quien vive se expone al COVID-19, usted tendrá que estar separado. Si usted cuida de otras personas en su hogar, es posible que no pueda hacerlo si se enferma.

La Vacuna Puede Protegerlo del COVID-19

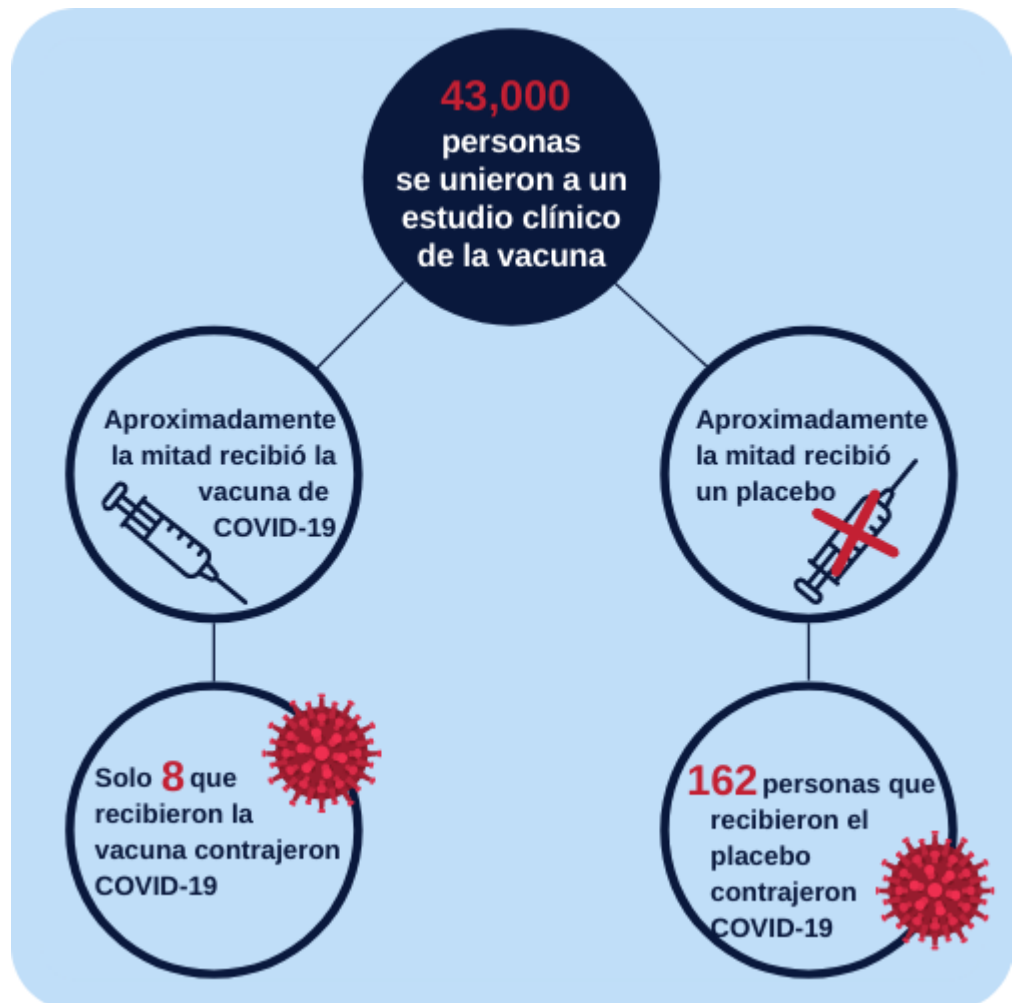
¿Cómo me ayuda la vacuna contra el COVID-19 a protegerme del virus?

La vacuna contra el COVID-19 le enseñará a su cuerpo cómo es el virus del COVID-19. Esto le permite a usted construir una defensa contra el virus. Y luego, si el COVID-19 entra en su cuerpo, su cuerpo sabrá cómo combatirlo para que pueda evitar enfermedades. Podría ayudarle a evitar el COVID-19 por completo, o podría ayudarle a tener un caso muy leve.

¿Cómo sabemos que la vacuna ayuda a proteger a las personas del COVID-19?

Los estudios clínicos muestran que la vacuna funciona para proteger a muchas personas de contraer el COVID-19. En uno de los grandes estudios clínicos, se unieron unas 43,000 personas.

Aproximadamente la mitad recibió la vacuna actual y aproximadamente la mitad recibió un placebo (una inyección sin vacuna en su líquido). Las personas que recibieron la vacuna actual tuvieron mucho menos probabilidades de contraer el COVID-19.



¿La vacuna causa el COVID-19?

No. La vacuna no causa el COVID-19. La vacuna no contiene el virus del COVID-19, por lo tanto, usted no puede contraer el COVID-19.

Cómo se Desarrolló y Autorizó la Vacuna Contra el COVID-19 para su Uso

Antes de que se administre una vacuna a las personas, pasa por muchas pruebas para asegurarse de que funcione y que sea segura. Se siguieron los pasos usuales. **No se omitieron pasos.** Vea abajo para saber cómo se aceleró el proceso para el COVID-19 pero aún se concentró en la seguridad.

Pasos	¿Cómo se desarrollan y autorizan normalmente las vacunas para su uso?	¿En qué se diferencia el proceso de la vacuna contra el COVID-19?
Idea para una vacuna y una prueba de laboratorio	Los investigadores tienen la idea de una vacuna para tratar o curar una enfermedad. Para saber cómo hacer una vacuna que probablemente funcione, deben hacer muchas pruebas. Esto cuesta mucho dinero. Para obtener el dinero para hacer sus pruebas, solicitan fondos. Esto puede llevar mucho tiempo.	Debido a la emergencia de salud pública, el gobierno de los Estados Unidos dio millones de dólares en fondos para apoyar este esfuerzo. Esto permitió a los investigadores empezar y continuar este proceso sin esperar por los fondos. Y no tuvieron que empezar desde el principio. Ha habido otros coronavirus antes de éste. Por lo tanto, ya se han hecho algunos estudios sobre vacunas para virus similares.
Estudios clínicos	Los investigadores usan los estudios clínicos para asegurarse de que las vacunas funcionen y sean seguras. Hay 3 fases de estudios clínicos para vacunas. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Fase 1: Prueba la seguridad en un pequeño número de personas. ▪ Fase 2: Prueba la seguridad en un grupo más grande de personas. ▪ Fase 3: Prueba la seguridad en un grupo más grande de personas, incluyendo a grupos especiales como los grupos entre la minoría. 	El dinero del gobierno ayudó a los investigadores a hacer algunos de los pasos del proceso al mismo tiempo, o uno tras otro, en lugar de hacerlo a lo largo del tiempo con retrasos entre los pasos. No se omitieron los pasos. Como de costumbre, decenas de miles de personas participaron en estos estudios.
Revisión de datos de seguridad, proceso de producción, y autorización para su uso	La Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos (FDA por sus siglas en inglés) revisa <ul style="list-style-type: none"> ▪ Todos los datos de los estudios clínicos. ▪ Detalles sobre cómo y dónde se hace la vacuna Esto les ayuda a decidir si la vacuna funciona y si es segura. Si la FDA determina que la vacuna funciona y es segura, entonces la autorizarán para que se administre al público.	La FDA se aseguró de que hubiera personas trabajando en la revisión de la información de seguridad de los estudios clínicos durante todo el día. Asignaron a personas para cubrir turnos las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
Fabricación y entrega	Después de que la FDA aprueba el uso de la vacuna, las compañías farmacéuticas y sus socios empiezan a fabricar la vacuna. Se ordena y se envía a clínicas y otros lugares que administrarán vacunas a los pacientes.	El dinero del gobierno permitió a las empresas que hacen la vacuna a seguir adelante y producir millones de dosis mientras estaban haciendo los estudios clínicos.

¿Las vacunas contra el COVID-19 están totalmente aprobadas por la FDA?

Al menos una compañía farmacéutica ha solicitado y recibido una aprobación total de la FDA para su vacuna.

¿Cómo decidió la FDA aprobar esta vacuna?

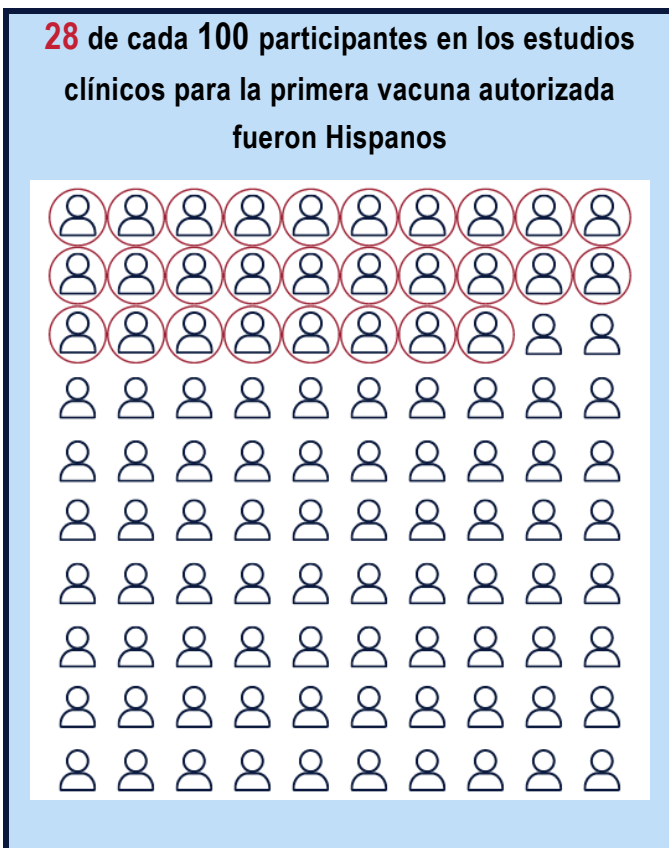
La FDA revisa los datos nuevamente después de que haya pasado un tiempo y más personas hayan recibido la vacuna. La aprobación completa señala que estos datos demuestran el mismo nivel de seguridad como antes.

¿La FDA aprobará totalmente otras vacunas contra el COVID-19?

Otras compañías farmacéuticas ya han enviado información a la FDA para obtener la aprobación completa para su vacuna contra el COVID-19.

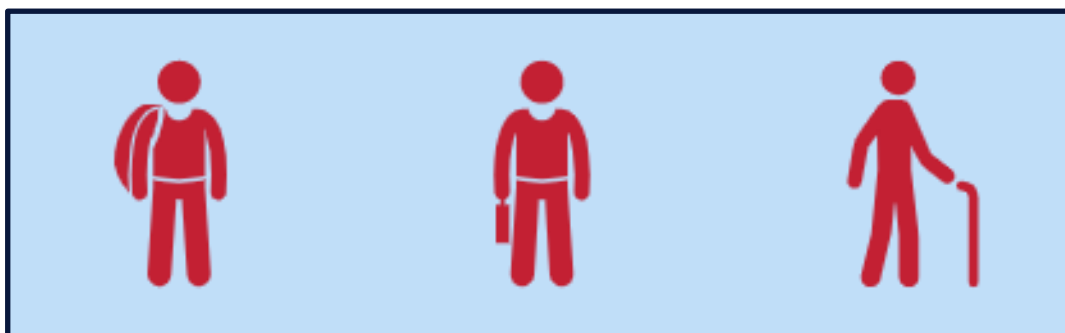
¿Participaron Hispanos en los estudios clínicos de la vacuna contra el COVID-19?

Sí, se incluyeron a muchas personas Hispanas en los estudios clínicos.



¿Participaron personas mayores de edad en los estudios clínicos de la vacuna contra el COVID-19?

Sí. En los estudios de la primera vacuna autorizada, personas de 16 a 91 años participaron en el estudio clínico.



Por Qué Otros Están Recibiendo La Vacuna Contra el COVID-19



La mayoría de nosotros vivimos momentos muy difíciles en el 2020, algunos porque tuvimos que enseñar a nuestros hijos en la casa por largos meses, con preocupaciones de cómo pagar las facturas por la falta o pérdida de trabajo, y en miles de los casos por la pérdida de un ser querido debido al COVID-19. **En este año todos podremos recibir una vacuna para protegernos en contra de este virus. Esto nos dará la oportunidad a que con la ayuda y favor de Dios todo vuelva a la normalidad.**

Es tiempo que como comunidad nos informemos bien y estemos preparados cuando ésta vacuna esté disponible para todos nosotros. Estoy planeando recibir la vacuna y espero que ustedes también. La información falsa está obstaculizando la respuesta a la pandemia, por lo que debemos unir fuerzas para combatirla y promover el asesoramiento de salud pública con base científica.

- Rolando Ochoa Jr., Corresponsal de Univisión Arkansas



Siendo alguien que está en un grupo de edad de alto riesgo, me he preocupado acerca de lo grave que podría enfermarme si llego a contraer el COVID-19. Esto ha cambiado mi habilidad de pasar tiempo con las personas que quiero. También ha cambiado la forma en que trabajo y mi habilidad para ayudar a las personas en la comunidad de la manera que lo hacía antes. La mejor manera de volver a la normalidad es recibir la vacuna, así que voy a recibir mi vacuna. **Estoy haciendo mi parte para poder pasar tiempo con mi familia y amigos otra vez, y volver a trabajar como de costumbre. Les recomiendo que reciban la vacuna cuando esté disponible para ustedes.**

- Maria Ruvalcaba



Me siento afortunado de haber sido una de las primeras personas en el estado en recibir la vacuna contra el COVID-19 en Diciembre 2020 y hacer mi parte para superar el virus. Al igual que con cualquier otra medicina que tomo, confío plenamente en la ciencia que se usó para desarrollarla y en el proceso para asegurar de que es segura y funciona. **No he tenido ningún efecto secundario en absoluto.** Nuestro equipo ha trabajado incansablemente tratando a pacientes con COVID, y la vacuna es como una luz al final del túnel para nosotros. Para derrotar completamente a este virus, hará falta que todos trabajen juntos. Los animo a hacer su parte. Y espero que la vacuna este ampliamente disponible, adoptada por todos, para que podamos volver a un estilo de vida antes de COVID.

- David Chacón, Director de Servicios de Nutrición, Jefferson Regional Medical Center



¡Ya recibí mi vacuna! Sé que esto me ayudará a mantenerme bien para que pueda trabajar y continuar manteniendo a mi familia. Y creo que yo también podría estar ayudando a tantos otros más. **Si hago mi parte, tal vez eso ayude a prevenir la propagación del COVID-19 donde trabajo, lo que significa que muchos otros pueden seguir viniendo a trabajar y mantener a sus familias, también.** He visto el sufrimiento y quiero hacer mi parte para detener la propagación de este peligroso virus.

- Antonio Abad

Recibiendo La Vacuna Contra el COVID-19

¿Quiénes deben recibir la vacuna contra el COVID-19?

La mayoría de las personas de 12 años o más necesitan recibir la vacuna contra el COVID-19. Usted debe recibir la vacuna, aunque ya haya tenido el COVID-19. Si está embarazada o le preocupa algún problema de salud que tenga, hable con su doctor para ver si debe vacunarse.

¿Cuándo puedo recibir la vacuna contra el COVID-19?

¡Usted puede recibirla ahora mismo!

¿Cuántas dosis de la vacuna contra el COVID-19 necesito?



Más de 1 compañía farmacéutica hace vacunas contra el COVID-19. Cada una es un poco diferente. El número de vacunas que usted necesita depende de su salud y cuánto tiempo ha pasado desde su última vacuna. Hable con su doctor o farmacéutico para saber cuándo necesita su próxima vacuna.

Cuando reciba su vacuna, pregunte si necesita otra dosis y cuándo debe recibirla.



Anote en su calendario cuándo necesitará recibir la siguiente dosis.

¿A dónde voy para recibir la vacuna contra el COVID-19?

Es posible que pueda recibir la vacuna de su:

- Farmacéutico
- Doctor o clínica
- Unidad de salud local del Departamento de Salud de Arkansas (Encuentre la suya en <https://www.healthy.arkansas.gov/local-health-units>)
- En otro lugar: _____



Marque la casilla de arriba para anotar en dónde planea recibir su vacuna.

Para saber dónde ir para recibir la vacuna:

- Visite el sitio web del Departamento de Salud de Arkansas: <https://www.healthy.arkansas.gov/programs-services/topics/covid-19-for-spanish-speaking-arkansans>
- Llame al: 1-800-985-6030

También puede preguntarle a sus amigos y familiares que ya recibieron la vacuna para saber a dónde fueron.

¿Tendré que mostrar una identificación para recibir la vacuna?

Si usted recibe la vacuna en una unidad de salud local del Departamento de Salud de Arkansas, **usted no tendrá que mostrar una identificación para recibir la vacuna.**

¿Cuánto me costará recibir la vacuna contra el COVID-19?

La vacuna no le costará nada.

Si tiene seguro médico, la clínica puede cobrarle a su seguro para pagar los costos de administrarle la vacuna y almacenarla. Pero usted no pagará nada.

Si usted no tiene seguro médico, usted no pagará nada por la vacuna.

¿Qué puedo esperar después de recibir la vacuna contra el COVID-19?

Después de recibir la vacuna, es posible que tenga un brazo adolorido o síntomas leves, como los de un resfriado durante unos días. Esto es porque su cuerpo está respondiendo a la vacuna mientras trabaja para aprender a combatir el virus.

¿Qué debo hacer si tengo preguntas?

- Cuando vaya a la clínica o farmacia para recibir su vacuna, el personal le dará una hoja informativa. Debido a que hay diferentes vacunas, la hoja informativa será sobre la vacuna exacta que recibirá. La hoja informativa le dirá:
 - Si hay ciertas personas que no deben tomar la vacuna
 - Qué ingredientes hay en la vacuna
 - Qué efectos secundarios debe esperar



Es posible que aún tenga preguntas sobre la vacuna contra el COVID-19. Debería de obtener respuestas a todas sus preguntas antes de que planea en recibir la vacuna.

- Si tiene preguntas acerca de la vacuna, usted puede:
 - Hablar con su doctor o con el personal de la clínica de salud
 - Hablar con su farmacéutico
 - Comunicarse con el Departamento de Salud de Arkansas:
 - Visite <https://www.healthy.arkansas.gov/programs-services/topics/covid-19-for-spanish-speaking-arkansans>.
 - Llame al: 1-800-803-7847. Deje su nombre y número de teléfono. Su mensaje será enviado a un traductor que le regresará su llamada.
 - Correo electrónico: ADH.CoronaVirus@arkansas.gov. Su mensaje será enviado a un traductor que le responderá.



Escriba aquí sus preguntas:

Otras Maneras de Prevenir el COVID-19 y sus Problemas

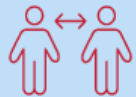
No hay forma de saber qué tan grave será el COVID-19 para usted y para las personas que a usted le importan. Es importante que haga todo lo que pueda para prevenirlo. Usted debe:



Recibir la vacuna contra el COVID-19, incluso si ya haya tenido el COVID-19.



Evitar reuniones grandes y áreas interiores llenas de gente.



Mantenerse al menos 6 pies (2 metros) de distancia de los demás en público.



Usar una máscara (cubre bocas) cuando esté en público o con personas que no vivan con usted.



Lavar sus manos con frecuencia. Si puede, use agua tibia y jabón. Frótese sus manos juntas por lo menos 20 segundos.



Quedarse en casa si está enfermo.

¡Recuerde!

- El COVID-19 es una enfermedad causada por un virus. Todos están en riesgo de contraer el COVID-19.
- Las nuevas variantes del COVID-19 pueden ser más fáciles de propagar o causar síntomas más graves.
- Recibir la vacuna contra el COVID-19 es la mejor manera de protegerse para no contraerlo.
- Usted puede recibir la vacuna ahora mismo. No le costará nada.
- Las compañías farmacéuticas no omitieron pasos para desarrollar esta vacuna.
- La FDA confirmó que la vacuna es segura y funciona. La vacuna no puede darle el COVID-19.
- La mayoría de las personas de 12 años o más necesitan recibir la vacuna contra el COVID-19.

Para más información, visite:

- Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>
- Administración de Alimentos y Fármacos de Estados Unidos: <https://www.fda.gov/about-fda/fda-en-espanol/enfermedad-del-coronavirus-covid-19>
- Vacuna a Su Familia: <https://vaccinateyourfamily.org/vacunas-contra-covid/>
- La Academia Estadounidense de Pediatría: <https://www.healthychildren.org/spanish/health-issues/conditions/covid-19/paginas/default.aspx>

Parte de la información de este manual vino de:

- El Departamento de Salud de Arkansas: <https://www.healthy.arkansas.gov/programs-services/topics/covid-19-for-spanish-speaking-arkansans>
- Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/covid-data/investigations-discovery/hospitalization-death-by-race-ethnicity.html>
- Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: <https://covid.cdc.gov/covid-data-tracker/#demographics>
- Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html>
- Pfizer: <https://www.pfizer.com/news/press-release/press-release-detail/pfizer-and-biontech-announce-publication-results-landmark>
- La Oficina del Censo de los Estados Unidos: <https://www.census.gov/quickfacts/fact/table/AR,US/PST045219>
- Administración de Alimentos y Fármacos de Estados Unidos: <https://www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/development-approval-process-cber/vaccine-development-101>

