

# camh VACUNA CONTRA LA COVID-19

## ¿Cómo hablo con mi familiar sobre la vacuna contra la COVID-19?



Es importante conocer los hechos sobre la vacuna contra la COVID-19 para que pueda tener una conversación informada con su familiar sobre si debe o no vacunarse. Esperamos que esta ficha informativa lo ayude al momento de tener esa conversación.

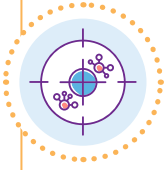
### ¿Qué es la COVID-19?

- La COVID-19 es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus de 2019.
- Se puede contagiar cuando alguien que tiene el virus tose, estornuda, habla o incluso respira cerca de otra persona.
- Algunas personas pueden tener el virus y no saberlo, y aun así transmitirlo a otras personas.
- Las personas con COVID-19 pueden tener:
  - tos;
  - fiebre;
  - cansancio;
  - posiblemente pérdida del sentido del olfato o del gusto;
  - dificultar para respirar;
  - diarrea o vómitos;
  - escalofríos;
  - secreción nasal.
- Algunas personas con COVID-19 tienen síntomas leves. Y es posible que otros ni siquiera se sientan enfermos. Pero algunas personas con COVID-19 se enferman gravemente y pueden fallecer.

### ¿Qué es una vacuna?

- Las vacunas le dicen al sistema inmunitario que genere anticuerpos para ayudarle al cuerpo a luchar contra un germen que podría ser dañino para usted.
- Los científicos fabrican vacunas para protegerlo y para proteger a otras personas de los gérmenes, incluidos las bacterias y los virus como el coronavirus.
- Ya nos vacunaron contra otras enfermedades, como la poliomielitis, la gripe y el sarampión.
- La vacuna contra la COVID-19 actúa sobre las defensas naturales del cuerpo para combatir la COVID-19, al igual que lo hacen otras vacunas.

- Se administra mediante una inyección.
- Los científicos y profesionales de la salud creen que, cuantas más personas se vacunen, menos se contagiarán de COVID-19.
- Por lo tanto, creen que es importante que todos se pongan la vacuna contra la COVID-19.



### ¿Cómo actúa la vacuna contra la COVID-19?

- La vacuna contra la COVID-19 entrena al sistema inmunitario para que produzca anticuerpos contra el coronavirus. Si se expone al virus que causa la COVID-19 después de recibir la vacuna, los anticuerpos estarán listos para combatirlo y hacer que no se enferme.
- La vacuna no contiene el virus que causa la COVID-19, por lo que no puede contagiarlo de COVID-19. En cambio, le da al cuerpo una receta para producir anticuerpos.
- Debe vacunarse **dos veces** para estar completamente protegido contra la COVID-19. La persona que le administre la vacuna le dirá cuándo debe recibir la segunda dosis.



### ¿Es verdaderamente necesario que me ponga la segunda dosis?

- Sí. Es muy importante recibir ambas dosis de la vacuna. La segunda dosis le dice al sistema inmunitario que cree todavía más anticuerpos. Eso le dará a su cuerpo las mejores chances para combatir el virus.



### ¿Es segura la vacuna? ¿Cómo sabemos?

- Sí, la vacuna es segura y es la principal forma en la que venceremos a la COVID-19.
- La vacuna no lo contagia de COVID-19. Solo actúa en el sistema inmunitario para que el cuerpo esté listo para combatir el virus si entrara en contacto con él.
- Los médicos y científicos se han encargado de asegurarse de que sea seguro usar la vacuna.
- La probaron con muchas, muchísimas, personas. Le pusieron inyecciones a todas las personas que participaron en las pruebas. A algunos le pusieron la vacuna en la inyección y a otros les pusieron una inyección que no tenía la vacuna.
- Luego, observaron qué les sucedió a las personas de ambos grupos.
- Casi todas las personas que recibieron la vacuna no se enfermaron. Se enfermaron muchas más personas que no recibieron la vacuna.



### ¿Qué efectos secundarios tiene la vacuna?

- Estos son algunos de los efectos secundarios comunes:
  - dolor en el brazo;
  - enrojecimiento e inflamación en el lugar de la inyección;
  - cansancio;
  - dolor de cabeza;
  - fiebre leve o escalofríos;
  - dolor muscular o articular.
- Estos efectos secundarios suelen ser leves o moderados y desaparecen al cabo de unos días.



### ¿Quién no debería vacunarse?

- No hay vacunas contra la COVID-19 aprobadas para menores de dieciséis años. Se están realizando más pruebas en este momento para asegurarse de que sean seguras para niños y jóvenes.
- Si tuviera algún síntoma que le haga pensar que podría tener COVID-19, es posible que deba esperar para vacunarse.
- No debe vacunarse si tiene alergias o reacciones graves a:
  - Algún ingrediente de la vacuna, incluido el polietilenglicol (PEG). El PEG es un ingrediente común y se puede encontrar en algunos productos como medicamentos, laxantes y jarabes para la tos.
  - La primera dosis de alguna vacuna contra la COVID-19.



### ¿Por qué es importante que las personas con enfermedades mentales o adicciones se vacunen?

- Esta pandemia ha sido muy difícil para todos, especialmente para las personas con enfermedades mentales y quienes tienen problemas de drogas o alcohol.
- Las personas con enfermedades mentales graves tienen más probabilidades de contraer COVID-19 y de enfermarse de gravemente.
- Las personas que consumen drogas o son adictas a las drogas también tienen más probabilidades de contraer COVID-19 y de enfermarse gravemente.
- Las vacunas protegen a las personas que las reciben y a quienes las rodean.
- Cuantas más personas digan que sí y se vacunen, antes nuestras vidas podrán volver a la normalidad.
- Las personas que no se vacunen continuarán teniendo miedo de contraer COVID-19 y de contagiar a los demás. No se sentirán tan libres de hacer cosas cuando termine la pandemia.



## ¿Cómo puedo conversar con mi familiar sobre vacunarse?

- Inicie la conversación de manera casual, curiosa y abierta, para mantener la confianza.
- Escúchelo atentamente y admita las preguntas, inquietudes y preocupaciones que tenga.
- Recomiéndele que consulte con el médico o con un integrante del equipo de atención médica para que evacúe sus dudas y e inquietudes.
- Si lo acepta, podría ser útil que usted acuda a las consultas médicas para ayudarlo a hablar con el médico sobre la vacuna.
- Asegúrele que no le recomendaría que se vacune si supiera que le haría daño.
- Recuérdele que usted desea cuidarlo y que le importa su salud.
- Recuérdele que cuantas más personas se vacunen, más rápido volverá la vida a la normalidad.
- Menciónele que usted también se vacunará apenas pueda hacerlo.



## ¿Y si a mi familiar lo inquieta vacunarse o le da paranoia?

- Permítale hablar abiertamente sobre sus miedos y paranoia en torno a la vacuna y escúchelo.
- Dígale que sus miedos son válidos. Si lo pone nervioso la rapidez con la que se desarrolló la vacuna, puede recordarle que la tecnología es de avanzada y que ha sido un esfuerzo mundial.
- Recomiéndele que hable con su médico o equipo de atención médica, quienes podrán brindarle respuestas médicas y profesionales. También pregúntele si desea que usted esté allí para darle su apoyo.
- Recuérdele que hay mucha información errónea en línea y que no todos los recursos son fiables. Guíelo a fuentes de información confiables.
- Considere la posibilidad de compartir con su familiar las otras fichas informativas de CAMH sobre la vacuna contra la COVID-19. Las puede encontrar aquí: [www.camh.ca/covid19](http://www.camh.ca/covid19).
- No redunde sobre el tema constantemente. Dele espacio para leer lo que le dio o para pensar en lo que le dijo el médico.

### ¿Y si mi familiar tiene una reacción alérgica?

- Es muy atípico que las personas tengan una reacción alérgica a la vacuna contra la COVID-19.
- Los médicos y el personal de enfermería estarán atentos a cualquier reacción alérgica mientras su familiar espera por un breve período de tiempo después de vacunarse.
- Si su familiar desarrolla urticaria, dificultad para respirar o inflamación en la cara, la lengua y la garganta, llame al 911.

### ¿Y los medicamentos de mi familiar? ¿Les afectará la vacuna?

- En la mayoría de las personas que toman medicamentos, no es necesario preocuparse por cómo se combinarán los medicamentos con la vacuna. Pero es una buena pregunta para que le haga al médico o farmacéuta.
- Si toma anticoagulantes (diluyentes de la sangre), debe comunicárselo a la persona que le administre la vacuna para que intente reducir los hematomas que le puede ocasionar la aguja.

### ¿Y si mi familiar no quiere vacunarse? ¿Qué derechos tiene?

- Vacunarse contra la COVID-19 en Ontario es voluntario. Puede hablar con su médico, con el equipo de atención médica, con su familia y con otras personas de confianza sobre si vacunarse es lo adecuado en su caso.
- Antes de vacunarse, deberá firmar un formulario para demostrar que comprende que se está vacunando y que accedió a hacerlo. Puede cambiar de opinión en cualquier momento antes de que lo vacunen. También puede solicitar más información.

### ¿Qué pasa si mi familiar tiene un apoderado para la toma de decisiones?

- Si tiene un apoderado, esa persona tomará esta decisión por su familiar. El apoderado deberá sopesar todo pensamiento que su familiar le haya expresado en el pasado sobre la vacunación. Si no le dijo nada antes sobre la vacuna o sobre vacunarse, el apoderado decidirá si la vacuna es lo mejor para su familiar.
- Antes de que lo vacunen, el apoderado firmará el formulario en su nombre.
- Recomiéndele que consulte con su médico si desea obtener más información sobre sus derechos.

