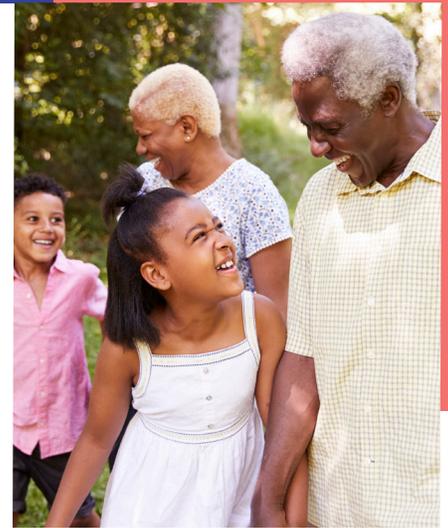


¿QUÉ PUEDE HACER DESPUÉS DE RECIBIR LA VACUNA CONTRA EL COVID-19?

PROYECTO DE EDUCACIÓN Y EQUIDAD EN MATERIA DE VACUNAS CONTRA EL COVID-19

Las recomendaciones de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) son actualizadas a medida que la ciencia relacionada al virus COVID-19 continúa evolucionando. Asegúrese de cumplir con las últimas medidas de seguridad y salud pública y de monitorear las recomendaciones provisionales presentadas por los CDC.

Con el fin de obtener la máxima protección y prevenir la propagación de la variante Delta, los CDC anunciaron nuevas actualizaciones sobre el uso de mascarillas en personas totalmente vacunadas en áreas del país con "tasas de transmisión altas o sustanciales." De la misma manera, e independientemente del estado de vacunación, los CDC recomiendan el uso de mascarillas en entornos públicos cerrados y escuelas (K-12). (Fecha de actualización 7/27/21)



¿Cómo se sabe cuándo se está totalmente vacunado y se tiene inmunidad?

- Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), se considera que se está "totalmente vacunado/a" o que se tiene inmunidad:
- Dos semanas después de la segunda aplicación de una serie de vacunas de dos dosis (como la vacuna de Pfizer o Moderna).
- Dos semanas después de la aplicación de una vacuna de dosis única (como la vacuna de Johnson & Johnson).
- Por lo general, el cuerpo tarda este tiempo en crear protección, o inmunidad en forma de anticuerpos, contra el virus que causa el COVID-19.
- Los científicos siguen estudiando y aprendiendo más sobre el tiempo de duración y protección de cada vacuna contra el COVID-19.

Fuentes: [CDC. Cuando haya recibido la totalidad de las dosis](#) (Fecha de actualización 4/2/21) | [CDC. Aspectos clave que debe saber sobre las vacunas contra el COVID-19](#) (Fecha de actualización 4/19/21)



Las recomendaciones de los CDC no cambiaron para las personas que no están vacunadas; hasta que esté completamente vacunado/a, debe continuar usando una mascarilla bien ajustada y manteniendo una distancia social de 6 pies (2 metros).

Fuentes: [CDC. Recomendaciones provisionales de salud pública para las personas que hayan recibido la totalidad de las dosis](#) (Fecha de actualización 5/13/21) | [CDC. Cuando haya recibido la totalidad de las dosis](#) (Fecha de actualización 5/13/21)

¿Qué actividades puedo hacer ahora que recibí la vacuna que no podía hacer antes? ¿Cuáles son las actividades que debería seguir evitando?

- Las personas que recibieron la totalidad de las dosis o están completamente vacunados/as pueden realizar las siguientes actividades:
 - Reanudar las actividades sin usar mascarillas ni mantener el distanciamiento físico, excepto cuando lo exijan las leyes, normas y reglamentos federales, estatales, locales, tribales o territoriales, incluyendo las recomendaciones locales en empresas y lugares de trabajo.

- Reanudar los viajes nacionales sin necesidad de someterse a pruebas antes o después del viaje ni cumplir una cuarentena después del mismo.
- A menos que lo exija el lugar de destino, no es necesario someterse a pruebas antes de salir de los Estados Unidos ni cumplir una cuarentena después de reingresar a este país.
- Abstenerse de realizar pruebas virales contra el COVID-19 después de haber tenido una exposición conocida a este mientras sea asintomática, con algunas excepciones para entornos específicos.
- Abstenerse del aislamiento después de una exposición conocida si es asintomático.
- Por ahora, si está completamente vacunado/a, tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:
 - Siga las recomendaciones en su lugar de trabajo y en los negocios locales.
 - Cuando viaje, siga los pasos para [protegerse a usted mismo y a los demás](#). Utilice la mascarilla en los aviones, autobuses, trenes y otros medios de transporte, al igual que al salir o entrar a los Estados Unidos. La mascarilla debe también utilizarse en los centros de transporte estadounidenses, como los aeropuertos y las estaciones de trenes, autobuses, etc.
 - Los [viajeros internacionales](#) que lleguen a los Estados Unidos y hayan recibido la totalidad de las dosis de vacunas deberán [someterse a una prueba viral de COVID-19](#) a los 3 días siguientes de su entrada al país (o mostrar documentación de recuperación del COVID-19 en los últimos 3 meses).
 - Debe estar atento a los [síntomas del COVID-19](#), en particular, si estuvo expuesto a alguien que está enfermo. Si tiene síntomas de COVID-19, debe hacerse la [prueba viral](#) y [quedarse en casa](#), alejado de otras personas.
 - Las personas que padecen una enfermedad o toman medicamentos que debilitan el sistema inmunitario deben consultar con su proveedor de salud para hablar sobre sus actividades. Es posible que deban seguir tomando todas las [precauciones](#) para evitar contraer COVID-19.
 - Las personas que hayan recibido todas las vacunas también deben seguir usando una mascarilla bien ajustada en los centros penitenciarios y en los refugios para personas sin hogar.



¿Con quién puedo relacionarme una vez que haya recibido la totalidad de las dosis?

- Las personas que estén totalmente vacunados/as pueden realizar las siguientes actividades sin ningún problema:
 - Caminar, correr, andar en silla de ruedas o andar en bicicleta al aire libre con miembros de su hogar.
 - Asistir a una reunión pequeña al aire libre con personas que ya hayan recibido la totalidad de las dosis o no.
 - Cenar en un restaurante al aire libre con amigos de varios hogares.
 - Asistir a un evento multitudinario al aire libre, como una actuación en directo, un desfile o un evento deportivo.
 - Ir a la peluquería.
 - Ir a un centro comercial o a un museo bajo techo en el que no haya tanta gente.



- Asistir a una reunión pequeña en un espacio interior con personas de varios hogares que ya hayan recibido la totalidad de las dosis.
- Ir a una sala de cine.
- Asistir a un servicio religioso abierto y cerrado con ventilación apropiada.
- Cantar en un coro cerrado bajo techo con ventilación apropiada.
- Comer en un restaurante o bar bajo techo con ventilación apropiada.
- Participar en una clase de ejercicios de alta intensidad bajo techo con ventilación apropiada.

Fuente: [CDC. Cómo elegir actividades más seguras](#) (Fecha de actualización 5/13/21)

¿Puedo contraer COVID-19 si recibí la totalidad de las dosis?

- Las vacunas contra el COVID-19 “enseñan” al sistema inmunitario a reconocer y combatir el virus que causa el COVID-19. Aunque es poco frecuente, es posible contraer COVID-19 justo antes o después de vacunarse, es decir, antes de que la vacuna tenga tiempo suficiente para brindar una protección completa. Si bien estos casos se dan raramente, el recibir la vacuna le ayudará a evitar enfermarse con gravedad si contrae el virus.

Fuente: [CDC. Informe semanal de morbilidad y mortalidad](#) (Fecha de actualización 4/2/21)

¿La vacuna puede alterar o cambiar los resultados de la prueba del COVID-19?

- No. Ninguna de las vacunas que se utilizan y aplican en este momento en los Estados Unidos puede alterar o dar un resultado positivo a las pruebas virales de COVID-19 que se realizan para detectar si tiene una infección actual. Existe la posibilidad de que dé un resultado positivo en una prueba de anticuerpos contra el COVID-19 si su cuerpo ha creado anticuerpos y una respuesta inmunitaria, el cual es el objetivo de la vacunación, o podría significar que tuvo una infección anteriormente.

Fuente: [CDC. Mitos y hechos sobre las vacunas contra el COVID-19](#) (Fecha de actualización 4/15/21)

¿Cuánto dura la vacuna?

- Las vacunas contra el COVID-19 son eficaces para evitar que se contagie, pero todavía hay mucho que aprender sobre cuánto dura la protección de la vacunación. Según los últimos datos de los ensayos clínicos, las vacunas de Pfizer y Moderna siguen siendo eficaces seis meses después de la segunda dosis.



- Todavía se están llevando a cabo estudios y, mediante estos, se seguirán controlando las respuestas inmunitarias después de los seis meses. Se están realizando otras investigaciones complementarias para determinar si una dosis de refuerzo puede ampliar la protección de las vacunas y su eficacia contra las variantes del virus.
- Los investigadores seguirán estudiando y aprendiendo más sobre la duración de la protección de las vacunas contra el COVID-19 y su eficacia contra las variantes del virus. Mientras tanto, e incluso después de haber recibido la totalidad de las dosis, deberá seguir tomando precauciones para protegerse a sí mismo y a los demás, como seguir las recomendaciones de los CDC de llevar una mascarilla bien ajustada y respetar el distanciamiento físico en público.



Fuentes: [New England Journal of Medicine \(4/6/21\)](#) | Datos de ensayos clínicos de fase III. [Pfizer/BioNTech](#); [CDC. Informe semanal de morbilidad y mortalidad](#) (Fecha de actualización 4/2/21)

¿Cuáles son los efectos secundarios de las vacunas contra el COVID-19?

- El efecto secundario más frecuente de las vacunas es un leve dolor, enrojecimiento o hinchazón en el lugar de la inyección. También puede sentir cansancio, fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular, escalofríos o náuseas. Todos estos son síntomas normales de que el cuerpo está formando anticuerpos para protegerse del virus y, por lo general, desaparecen al cabo de uno o dos días.
- Si recibe una de las vacunas que requieren de dos aplicaciones, los efectos secundarios después de la segunda inyección pueden ser más intensos que los de la primera. ¿Por qué? Porque las células inmunitarias están programadas para responder con más rapidez y fuerza cuando se encuentran con un invasor por segunda vez, así se trate de una infección natural o por causa de los antígenos creados por medio de una vacuna. Es una señal normal de que el cuerpo está creando una protección contra el virus.
- Es importante señalar que muchas personas no tienen ningún efecto secundario, pero la falta de efectos secundarios no significa que la vacuna no esté haciendo efecto.

Fuente: [CDC. Posibles efectos secundarios después de recibir una vacuna contra el COVID-19](#) (Fecha de actualización 3/16/21)



¿Qué puedo hacer para tratar los posibles efectos secundarios de las vacunas? ¿Hay algo que deba o no deba hacer?

- Para reducir los dolores o las molestias en el lugar de la inyección, aplique un paño fresco y húmedo sobre la zona y mueva o ejercite el brazo.
- Puede tomar medicamentos de venta libre, como ibuprofeno, paracetamol, aspirina o antihistamínicos, según sea necesario para aliviar los efectos secundarios, pero estos medicamentos no son recomendados antes de recibir la vacuna.
- Si padece otras enfermedades, hable con el médico antes de tomar medicamentos para tratar cualquier efecto secundario que pueda presentarse por causa de la vacuna.

Fuente: [CDC. Posibles efectos secundarios después de recibir una vacuna contra el COVID-19](#) (Fecha de actualización 3/16/21)



¿Puedo recibir otras vacunas (vacuna contra la gripe, vacuna antineumocócica, etc.) al mismo tiempo que la vacuna contra el COVID-19?

- Las vacunas contra el COVID-19 y otras vacunas **ahora pueden administrarse al mismo tiempo**. En otras palabras, una persona puede recibir una vacuna contra el COVID-19 y otra vacuna (por ejemplo, contra la gripe, el tétano, el sarampión, etc.) el mismo día al igual que también la coadministración de vacunas en un plazo de 14 días.

Fuente: [CDC. Consideraciones clínicas provisionales para utilizar las vacunas contra el COVID-19 autorizadas en este momento en Estados Unidos](#) (Fecha de actualización 5/14/21)

Si me apliqué la vacuna y más adelante tengo síntomas de COVID-19, ¿debo someterme a la prueba viral de todos modos?

- Sí. Si bien el riesgo para las personas que recibieron la totalidad de las dosis es bajo, pueden contraer COVID-19. En caso de que tenga síntomas compatibles con la enfermedad debe aislarse de los demás, someterse a una prueba viral y realizar una evaluación clínica.

Fuentes: [CDC. Recomendaciones provisionales de salud pública para personas que recibieron la totalidad de las dosis](#) (Fecha de actualización 4/2/21) | [CDC. Síntomas del COVID-19](#) (Fecha de actualización 2/22/21) | [CDC. Aíslese si está enfermo](#) (Fecha de actualización 2/18/21)

¿Necesito guardar mi tarjeta de vacunación?

- Durante la cita de vacunación, se le entregará una tarjeta con información sobre la vacuna que recibió, el número de lote, la fecha y el lugar donde se aplicó la vacuna. Si necesita una segunda dosis, los proveedores podrán identificar la información que necesitan mediante su tarjeta y asegurarse de que reciba la vacuna correcta en el momento adecuado. La tarjeta será nuevamente actualizada con los datos correspondientes a su segunda inyección.
- Si no le entregan una tarjeta, asegúrese de pedir una antes de irse. En el caso de no recibir una tarjeta de vacunación, los CDC recomiendan comunicarse con el centro de vacunación o departamento de salud estatal para averiguar cómo pueden obtenerla.
- Guarde esta tarjeta en un lugar seguro, ya que es un registro personal de su vacunación contra el COVID-19 y puede evitar tener que solicitar una copia. La tarjeta también incluye información personal, como su nombre y fecha de nacimiento, por lo que es importante no compartir esos datos con su foto en las redes sociales.

Fuentes: [CDC. Cómo recibir su vacuna contra el COVID-19](#) (Fecha de actualización 4/8/21) | Kelly Moore, directora adjunta de [Immunization Action Coalition](#) en el artículo del [Washington Post](#) del 17 de abril de 2021

En este momento, ¿quién puede recibir la vacuna?

- En Estados Unidos, las personas elegibles mayores de 18 años pueden recibir una de las tres vacunas aprobadas contra el COVID-19: Pfizer BioNTech, Moderna y Johnson & Johnson.
- La FDA también autorizó el uso de la vacuna de Pfizer-BioNTech contra el COVID-19 para personas elegibles mayores de 12 años.

Fuente: [CDC. Consideraciones clínicas provisionales para utilizar las vacunas contra el COVID-19 autorizadas en este momento en Estados Unidos](#) (Fecha de actualización 5/14/21)

