



Consejos para afrontar el proceso de vacunación

Millones de personas de todo el mundo han recibido ya su vacuna contra la COVID-19 de forma segura y, gracias a ello, todos estamos un poco más cerca de poder volver a disfrutar de lo que nos gusta junto a nuestros seres queridos. Muchas personas están deseando vacunarse contra la [#COVID19](#), pero otras, comprensiblemente, tienen preguntas acerca del proceso de vacunación y de lo que deben esperar cuando les llegue su turno.

¿Qué hacer antes, durante y después de recibir la vacuna contra la COVID-19?

Última actualización: Viernes, 21 Enero 2022 17:54

Visto: 805

Hemos hablado con los expertos en salud de [#UNICEF](#) para obtener más información sobre el proceso de vacunación y poder darte consejos acerca de lo que puedes hacer antes, durante y después de recibir la vacuna.

Antes de vacunarte

Investiga. En internet hay un sinfín de información errónea sobre las vacunas, así que es importante consultar fuentes fidedignas como UNICEF y la Organización Mundial de la Salud (OMS). Si no estás seguro de si deberías vacunarte contra la COVID-19, habla con tu médico. En la actualidad, se desaconseja vacunarse contra la COVID-19 a las personas que se encuentran en las siguientes situaciones a fin de evitar posibles efectos adversos:

Si alguna vez has tenido reacciones alérgicas graves a alguno de los ingredientes de las vacunas contra la COVID-19.

Si estás enfermo o presentas algún síntoma de COVID-19 (en ese caso, podrás vacunarte una vez te hayas recuperado siempre y cuando tu médico te dé su aprobación).

Habla con tu médico. Si alguna vez has tenido una reacción alérgica grave a una vacuna o si tienes preguntas sobre algún medicamento que estés tomando en la actualidad, consulta con tu profesional sanitario antes de tu cita.

Cuídate. Duerme bien y mantente hidratado antes de vacunarte con el fin de encontrarte lo mejor posible ese día.



Durante la cita

Protégete. No olvides tomar las precauciones de seguridad en el centro en el que te vacunes, como mantener la distancia física mientras esperas y llevar puesta la mascarilla.

Comunícate. Informa al profesional sanitario de cualquier enfermedad o condición que pueda requerir precauciones adicionales; por ejemplo, si estás embarazada o tienes un sistema inmunológico debilitado.

Conserva tu registro de vacunación. Deberías recibir una tarjeta en la que se indique la vacuna contra la COVID-19 que te han administrado, la fecha en la que la recibiste y el lugar donde te vacunaron. Guarda bien esta tarjeta por si la necesitas en el futuro.

Después de recibir la vacuna

Quédate un tiempo para verificar que estás bien. El profesional sanitario debería observarte durante unos 15 minutos después de administrarte la vacuna por si sufres alguna reacción inmediata. Sin embargo, es muy poco frecuente que se produzcan reacciones graves relacionadas con la salud.

Prepárate para posibles efectos secundarios. Las vacunas están diseñadas para proporcionarte inmunidad sin exponerte al peligro de contraer la enfermedad. Si bien es habitual generar inmunidad sin que se produzca una reacción, también es frecuente que se produzcan efectos secundarios leves o moderados que desaparecen por sí solos en unos días.

Estos son algunos efectos secundarios leves o moderados que podrías sentir después de recibir la vacuna:

Dolor en el brazo, en la zona de la punción

Fiebre leve

Fatiga

Dolor de cabeza

Dolor muscular o de las articulaciones

Escalofríos

Diarrea

Si alguno de los síntomas persiste durante más de unos días o si sufres una reacción más grave, ponte en contacto con tu profesional sanitario lo antes posible.

Ten paciencia. Crear inmunidad requiere tiempo. Se considerará que estás completamente vacunado una vez que hayan transcurrido dos semanas de la segunda dosis de la vacuna de

¿Qué hacer antes, durante y después de recibir la vacuna contra la COVID-19?.

Última actualización: Viernes, 21 Enero 2022 17:54

Visto: 805

Pfizer-BioNtech o la de Moderna; 15 días desde la segunda dosis de la vacuna de AstraZeneca; o dos semanas desde la única dosis de la vacuna de J&J/Janssen contra la COVID-19.

Protégete y protege a los demás. Aunque estas vacunas están demostrando ser muy efectivas para proteger a las personas contra una enfermedad grave provocada por la COVID-19, todavía estamos investigando la posibilidad de que una persona vacunada pueda transmitir el virus aunque no presente síntomas. Por tanto, es importante seguir respetando las medidas de seguridad con el fin de protegerte y proteger a los demás: evitar espacios muy concurridos, mantener la distancia física, lavarte las manos y llevar mascarilla.

¡Participa en nuestra campaña!

Ayuda a difundir el mensaje de que las vacunas son seguras y efectivas. Cortesía:

<https://www.unicef.org/es/>

[#vacunacionanticovid19](#) [#VacunateContralaCOVID19](#) [#YoMeVacuno](#)