

Cada vacuna cuenta: las vacunas contra la COVID-19

Contenido:

- ▶ Lo que sabemos hasta hoy
- ▶ Las vacunas desarrollan inmunidad
- ▶ ¿Cómo se desarrollaron tan rápido las vacunas?
- ▶ Lo que debe esperar después de recibir la vacuna
- ▶ ¿Por qué dos dosis?
- ▶ Hechos, mitos y falsedades sobre la COVID-19



Un mensaje de Don Liss, MD Vicepresidente y jefe médico de Horizon Blue Cross Blue Shield of New Jersey

Su salud y seguridad son nuestras principales prioridades. Por este motivo, Horizon Blue Cross Blue Shield of New Jersey (Horizon BCBSNJ) le sugiere seguir las recomendaciones de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) y del Departamento de Salud de New Jersey para recibir una vacuna contra la COVID-19, autorizada por la Administración de Alimentos y Medicamentos (Food and Drug Administration, FDA). La vacuna contra la COVID-19 está disponible sin ningún costo para usted. La FDA exige una evaluación exhaustiva de la seguridad y eficacia antes de que las vacunas sean utilizadas. Hasta que el virus esté bajo control, usted debe continuar evitando el contacto con personas enfermas, utilizar una mascarilla facial de varias capas en público y lavarse las manos con frecuencia para evitar propagar la infección.

Lo que sabemos hasta hoy

A medida que la pandemia de COVID-19 irrumpió en nuestras vidas, buscamos una luz al final del túnel. Con varias vacunas disponibles en la actualidad, la solución parece estar cada vez más cerca.

En Horizon BCBSNJ, deseamos que usted conozca los hechos acerca de las vacunas y ayudarle a eliminar la incertidumbre acerca de la vacunación.

- Hay vacunas disponibles para ayudar a combatir esta enfermedad.
- Las vacunas están disponibles sin ningún costo para usted.
- La vacunación ayudará a desarrollar la inmunidad colectiva.

Protéjase a usted mismo y a sus seres queridos

Hasta que una cantidad suficiente de personas sea inmune a una enfermedad a través de la vacunación o la infección natural (llamada *inmunidad colectiva*), es importante protegerse uno mismo y a los demás del virus que causa la COVID-19.

No olvide:

- Mantener el distanciamiento social.
- Utilizar una mascarilla de varias capas.
- Evitar las multitudes.
- Lavarse las manos.
- Quedarse en casa si está enfermo.

Aun después de vacunarse, usted todavía necesita seguir estas precauciones.

Conozca más acerca de cómo Horizon BCBSNJ está respondiendo a la COVID-19.



Las vacunas desarrollan inmunidad

Durante 200 años, las vacunas han sido la respuesta para detener la propagación de enfermedades contagiosas y mortales, como la viruela, la polio y el sarampión. Para ayudar a detener la emergencia de salud pública y protegernos contra la COVID-19, las compañías farmacéuticas en todo el mundo están compitiendo para lanzar vacunas seguras y eficaces.

¿Cómo funciona?

Los investigadores han estudiado las vacunas durante décadas y encontraron que una vez infectados o vacunados, nuestros cuerpos reconocen partes de los virus, y pueden desarrollar una respuesta (anticuerpos) para protegernos de la enfermedad. Esto significa que las vacunas ayudan a nuestros cuerpos a recordar cómo combatir el virus si nos infectamos en el futuro.



Qué es la inmunidad colectiva

¿La inmunidad colectiva es el objetivo final? Sí. Sin embargo, esto solo se logra después de que una parte de toda la población ha sido infectada o vacunada. Los cálculos actuales indican que al menos 85% de nuestra población necesitará ser infectada o vacunada para desarrollar la inmunidad colectiva contra la COVID-19. Debido a que muchas personas tienen afecciones médicas que les impedirán recibir la vacuna, depende del resto de nosotros hacer nuestra parte y recibir las vacunas.

Si usted ya estuvo enfermo con la COVID-19, es posible que piense que no necesita la vacuna ¿no es así? ¡Se equivoca! Los expertos aún no saben por cuánto tiempo usted estará protegido de enfermarse de nuevo después de recuperarse de la COVID-19. Incluso si usted ya se recuperó de la COVID-19, es posible, aunque poco común, que pueda infectarse de nuevo con el virus. Por lo tanto, cuando sea su turno, vacúnese.

Para encontrar información acerca de las fases de administración de la vacuna, visite [la plataforma de información sobre la COVID-19 en New Jersey](#).

Si usted vive fuera de New Jersey o está viviendo temporalmente fuera de New Jersey, visite el sitio web de los [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(CDC\)](#) para conocer más información acerca del plan de administración de la vacuna de su estado.

¿Cómo se desarrollaron tan rápido las vacunas?



El desarrollo y la evaluación de las vacunas contra la COVID-19 siguen el mismo proceso riguroso de cualquier otra vacuna aprobada:

- Pruebas en ensayos clínicos amplios
- Revisiones rigurosas de los datos por parte de la FDA

- Comités asesores independientes de expertos en medicina y salud pública

Luego, la FDA otorga la autorización de uso de emergencia a cada vacuna contra la COVID-19, una vez que se haya determinado que cada vacuna es segura y eficaz, y que los beneficios de cada vacuna compensan los riesgos conocidos.

Las vacunas contra la COVID-19 pasan por la misma evaluación rigurosa de seguridad, al igual que todas las vacunas, antes de ser autorizadas por la FDA para su uso en los Estados Unidos.

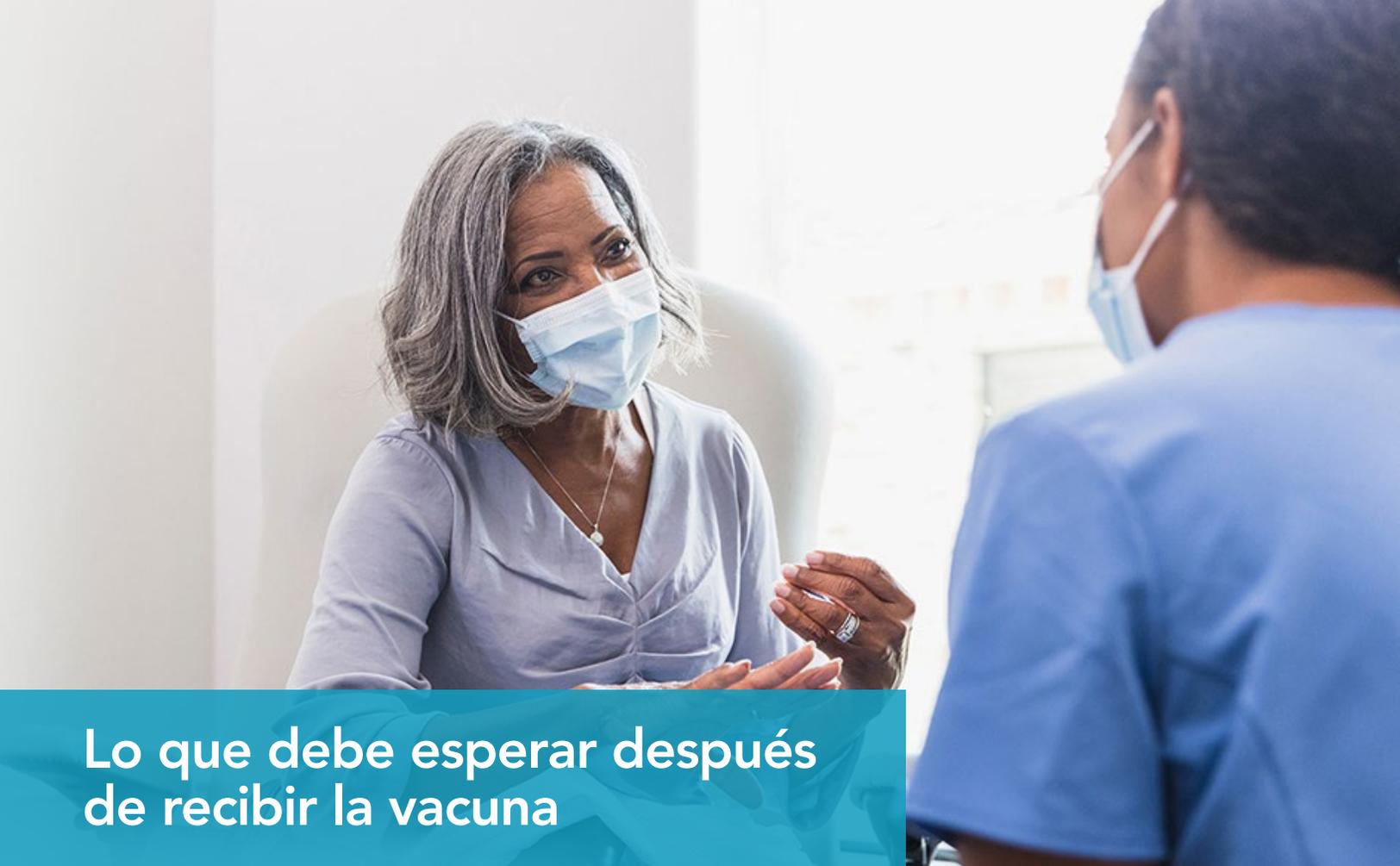
Las vacunas contra la COVID-19 están desarrollándose rápidamente porque ya existían investigaciones sobre virus similares. Además, existen maneras nuevas y más rápidas de crear vacunas. La financiación y la atención mundial también permitieron que el proceso se acelerara. La FDA asegura que el proceso acelerado no sacrifica los estándares científicos, la integridad del proceso de revisión o la seguridad.

La ciencia detrás de las vacunas

El virus que causa la COVID-19 es uno de los muchos tipos de coronavirus. Antes de que apareciera la COVID-19, los investigadores de los Institutos Nacionales de Salud (National Institutes of Health) ya habían estudiado los coronavirus y las maneras de protegernos contra ellos. Se enfocaron en un "modelo" de coronavirus y crearon una vacuna para él. La idea era que esta vacuna pudiera cambiar eventualmente para combatir a diferentes tipos de coronavirus, como el que causa la COVID-19.

Por medio de este modelo de coronavirus, los investigadores se concentraron en las proteínas del pico que se encuentran en la superficie de los coronavirus. Los coronavirus usan estos picos para adherirse a las células del cuerpo. Nuestros cuerpos producen anticuerpos para combatir el virus cuando ven las proteínas del pico.

Las vacunas contra la COVID-19 que están disponibles actualmente fueron estudiadas por medio de una población de diferentes edades, razas y géneros.



Lo que debe esperar después de recibir la vacuna



Como sucede con cualquier otra vacuna que le sea administrada, puede haber efectos secundarios leves, incluyendo:

- Dolor en el sitio de la inyección
- Fiebre
- Dolor muscular
- Fatiga
- Dolores de cabeza

Consejos para calmar los efectos secundarios:

- **Aplique frío.** Aplique un paño húmedo y frío en el sitio de la inyección si siente dolor o molestia.
- **Combata la fiebre.** Si su temperatura es elevada, tome mucho líquido y use ropa ligera.

- **Descanse.** Es posible que deba apartarse de las actividades cotidianas durante uno o dos días hasta que se sienta mejor de nuevo.
- **Tome medicamentos de venta libre.** Los medicamentos de venta libre, como el acetaminofén o el ibuprofeno, son efectivos para disminuir las molestias y dolores leves asociados a la vacuna.

Comuníquese con su médico si:

- El enrojecimiento o dolor en el sitio de la inyección empeora después de 24 horas.
- Los efectos secundarios duran más de unos pocos días y le preocupan.

Algunas personas pueden presentar efectos secundarios leves, pero esto indica que la vacuna funciona.



¿Por qué dos dosis?



Las dos primeras vacunas contra la COVID-19 autorizadas por la FDA, Moderna y Pfizer-BioNTech, requieren dos dosis en intervalos regulares para lograr los niveles de inmunidad más altos posibles. Una tercera vacuna, desarrollada por Johnson & Johnson, solo requiere una dosis.

Como sucede con muchas vacunas, recibir las dosis requeridas es fundamental para que la vacuna funcione adecuadamente. Esto mismo sucede con la vacuna contra la COVID-19. La primera dosis comienza a desarrollar la inmunidad; la segunda garantiza una protección casi total. Al recibir ambas dosis, no solo nos protegemos a nosotros mismos sino también a las personas que nos rodean.

Si recibe una de las dos dosis, programe una cita para la segunda dosis antes de irse del sitio de vacunación. La segunda dosis debe ser del mismo fabricante. No olvide preguntar si necesita una segunda dosis, ya que algunas vacunas solo pueden necesitar una.

Las vacunas contra la COVID-19 han mostrado su eficacia para prevenir la infección por el virus. Cuando se vacune, sentirá que se está protegiendo a usted y a sus seres queridos.

SEGURIDAD

- Proceso de evaluación riguroso
- Componentes seguros
- No contiene virus vivos
- Efectos secundarios mínimos

EFFECTIVIDAD

- Efectiva en diferentes poblaciones
- Reciba la segunda dosis si es necesario
- Use una mascarilla facial, incluso después de vacunarse

NECESIDAD

- Reciba la vacuna, incluso si ya estuvo enfermo
- Siga los [lineamientos de los CDC](#) para prevenir infecciones



Hechos, mitos y falsedades sobre la COVID-19



En tiempos de crisis, es común que algunas personas aprovechen la situación ofreciendo falsas esperanzas, curas y estafas. Por eso es importante mantenerse informado y educado acerca de las opciones disponibles, lo que es real, lo que es falso y qué puede causar más daño que bienestar.

Hechos acerca de la COVID-19

- Actualmente no hay una cura para la COVID-19, solo tratamientos.
- Las vacunas están disponibles ahora sin ningún costo para usted.
- Las vitaminas, suplementos minerales y algunos alimentos no pueden curar o prevenir la COVID-19.
- Los antibióticos no pueden prevenir ni tratar la COVID-19 porque esta es una infección viral, no bacteriana. Los antibióticos combaten las infecciones bacterianas.

Evite estafas y "curas" peligrosas

La Internet puede estar llena de información errónea. Una búsqueda rápida en Internet le proporcionará información acerca de curas y tratamientos para la COVID-19 que no solo son falsos, sino también en algunos casos, peligrosos y mortales.

También hay personas listas para estafar a aquellas que no conocen los hechos, por medio de llamadas telefónicas y la solicitud de información personal. Tenga cuidado con personas que llamen, le envíen mensajes de texto o correos electrónicos para pedir información personal o solicitar dinero.

Cómo evitar estafas con la COVID-19

Existen maneras de mantenerse seguro y evitar caer en una estafa o cura falsa.

- Antes de buscar cualquier tratamiento para combatir o prevenir la COVID-19, hable con su médico.
- Para encontrar información acerca de las fases de administración de la vacuna, visite la [plataforma de información sobre la COVID-19 en New Jersey](#).
- Si usted vive fuera de New Jersey o está viviendo temporalmente fuera de New Jersey, visite el sitio web de los [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(CDC\)](#) para conocer más información acerca del plan de administración de la vacuna de su estado.
- Visite el sitio web de los [CDC](#) y los recursos de la [FDA](#) para obtener la información más actualizada acerca de la COVID-19.