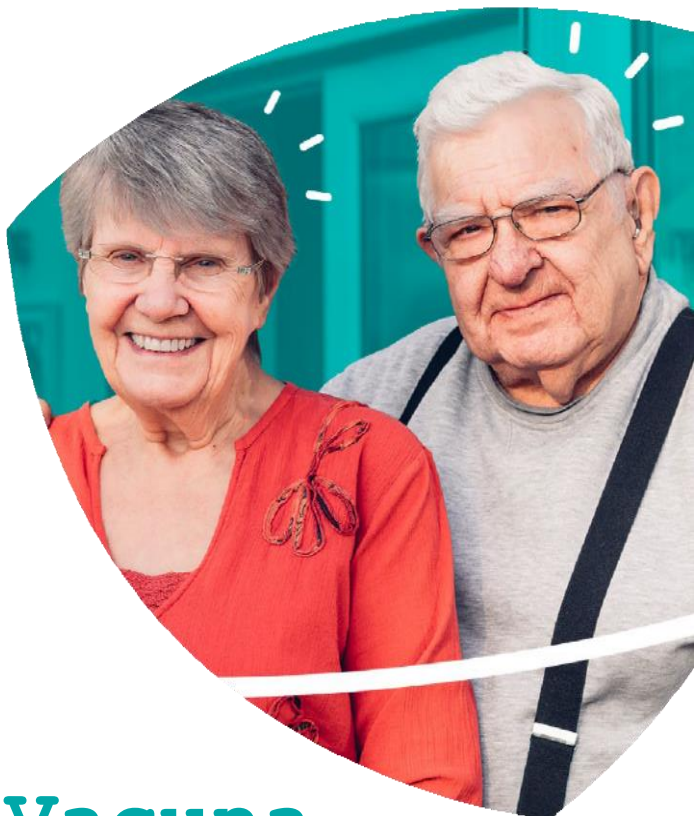




Mae Brechu yn achub  
bywydau Las Vacunas  
Salvan Vidas



# Vacuna COVID-19

## Guía para adultos

Actualizada a enero de 2021 - Spanish



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES



DIOGELU CYMRU  
KEEP WALES SAFE

# Qué es la COVID-19 o el Coronavirus

La causa de la COVID-19 es un nuevo coronavirus, conocido como SARS-CoV-2. Se identificó por primera vez a finales de 2019.

Es muy contagioso y puede desembocar en padecimientos respiratorios graves.

Muchas personas infectadas no presentan síntomas o estos son leves. Normalmente comienzan con tos, fiebre, dolor de cabeza, y pérdida del sentido del gusto y del olfato.

Algunas personas se sienten muy cansadas, presentan dolores musculares, malestar en la garganta, diarrea, vomito, fiebre y sensación de confusión. Un pequeño número de personas presenta, posteriormente, padecimientos serios, que pueden requerir hospitalización o atención en terapia intensiva.

En el conjunto de toda la población, menos de 1 de cada 100 infectados muere de COVID-19, pero esta proporción se acerca a 1 de cada 10 entre los mayores de 75 años. No existe cura para la COVID-19, aunque algunos tratamientos evaluados recientemente ayudan a reducir el riesgo de complicaciones.

## Qué vacuna voy a recibir

En el Reino Unido, únicamente utilizaremos vacunas contra la COVID-19 que cumplan las normas establecidas de seguridad y eficacia. Todos los medicamentos, incluidos las vacunas, se evalúan, en términos de su seguridad y eficacia, antes de autorizar su uso.

Cada una de las vacunas se sometió a pruebas en decenas de miles de personas en diversos países, y demostró su seguridad y eficacia. Usted recibirá una de estas vacunas, en función de cuál esté disponible. Es posible que estas vacunas aún no cuenten con una autorización total de comercialización (licencia), pero ya contarán con la autorización de la Agencia Regulatoria de Medicamentos y Productos de Atención Médica (Medicines and Healthcare products Regulatory Agency, MHRA), con base en una evaluación exhaustiva de su seguridad y eficacia.

La MHRA únicamente aprueba el uso de una vacuna en el Reino Unido si esta cumple los estándares esperados de seguridad, calidad y eficacia.

Las vacunas que actualmente están disponibles requieren dos dosis para ofrecer la mejor protección posible en el largo plazo.

## Quién se debe aplicar la vacuna contra la COVID-19

El Comité Conjunto de Vacunación e Inmunización (Joint Committee on Vaccination and Immunisation, JCVI), un grupo independiente de expertos, ha recomendado que el NHS ofrezca primero las vacunas a quienes tengan mayor riesgo de contagio y de padecer complicaciones graves.

Esto incluye a adultos mayores, trabajadores de atención médica y asistencia social que están en primera línea, y a quienes presentan ciertos padecimientos médicos. Cuando estén disponibles más vacunas, se ofrecerán a otras personas en riesgo, tan pronto como sea posible.

El coronavirus puede afectar a cualquier persona. Si usted es un adulto mayor y padece una afección médica crónica, tenga en cuenta que la COVID-19 puede ser muy grave y, en algunos casos, mortal.

### **Usted debe estar entre los primeros grupos en recibir la vacuna contra la COVID-19, si:**

- vive o trabaja en residencias para adultos mayores
- es personal de salud en primera línea
- es trabajador(a) de asistencia social en primera línea
- es cuidador(a) a domicilio y brinda cuidados personales
- tiene 65 años o más
- se encuentra en el grupo extremadamente vulnerable, en términos médicos

Todas las personas que se encuentren en el grupo extremadamente vulnerable, en términos médicos, serán elegibles para recibir la vacuna COVID-19. El momento en que se la ofrezcan puede depender de la gravedad del padecimiento. Su médico general puede informarle si es elegible.

**La vacuna también se les ofrecerá a los mayores de 16 años con condiciones como:**

- **cáncer en la sangre (como leucemia, linfoma o mieloma)**
- **diabetes**
- **afección cardíaca**
- **malestar en el pecho o dificultades respiratorias (incluidas bronquitis, enfisema o asma severo)**
- **enfermedad renal**
- **enfermedad hepática**
- **defensas bajas a causa de enfermedad o tratamiento (como infección de VIH, medicamento esteroideo, quimioterapia o radioterapia)**
- **haber tenido un trasplante de órgano**
- **haber tenido una embolia o un accidente isquémico transitorio**
- **condiciones degenerativas neurológicas o musculares, incluidas la epilepsia y la demencia**
- **discapacidad de aprendizaje severa o profunda**
- **síndrome de Down**
- **problema en el bazo (como anemia drepanocítica o haber tenido una extirpación de bazo)**
- **sobrepeso severo (Índice de Masa Corporal de 40 o más)**
- **enfermedad mental severa**

Algunas de las personas en estos grupos pueden ser consideradas extremadamente vulnerables en términos médicos, por lo que pueden ofrecerles antes la vacuna.

Al mismo tiempo que a las personas de entre 16 y 64 años con padecimientos médicos de largo plazo, la vacuna también se les ofrecerá a:

- adultos que sean los cuidadores principales de un adulto mayor o de una persona discapacitada que estaría en mayor riesgo si el cuidador(a) se enfermara.
- adultos más jóvenes en residencias o casas de cuidados de personas mayores, y al personal

Después de estos grupos, se ofrecerá la vacuna a personas de entre 50 y 64 años.

Una vez que haya más vacunas disponibles, se ofrecerán a otros grupos de población.

## ¿Puedo ponerme la vacuna si estoy embarazada?

Las vacunas contra la COVID-19 aún no se han probado durante el embarazo, por lo que, hasta que se cuente con más información, en situaciones de rutina, las mujeres embarazadas no deberán ponerse la vacuna.

El Comité Conjunto de Vacunación e Inmunización (JCVI) ha reconocido que los beneficios potenciales de la vacuna son particularmente importantes para algunas mujeres embarazadas. Esto incluye a aquellas que tienen un riesgo alto de contagiarse o a quienes presentan padecimientos médicos que las ponen en muy alto riesgo de sufrir complicaciones graves por COVID-19. Si este es el caso, es necesario hablar con su médico o enfermero(a) sobre la vacuna. Es posible que considere que lo mejor para usted es ponerse la vacuna.

Si está embarazada, no debe vacunarse, salvo que esté en alto riesgo. Puede vacunarse después del embarazo. Si se embaraza después de haber recibido la primera dosis, debe esperar hasta después del embarazo para ponerse la segunda dosis, a menos de que esté en un grupo de alto riesgo.

No hay recomendación de evitar embarazarse después de recibir la vacuna contra la COVID-19.

## Qué debo hacer si estoy en lactancia

No existe información sobre la inocuidad de las vacunas COVID-19 en las mujeres que están en lactancia o en los bebés que están recibiendo pecho. A pesar de ello, no se estima que las vacunas contra la COVID-19 sean un riesgo para el bebé, mientras que los beneficios de la lactancia son bien sabidos. Debido a esto, el JCVI ha expresado que la vacuna se puede administrar a mujeres en lactancia. Si este es su caso, también puede decidir esperar hasta que termine de dar pecho a su bebé para ponerse la vacuna.

## Quién no debe recibir la vacuna

Es muy pequeño el grupo de gente que no debe ponerse la vacuna contra la COVID-19. En él se incluyen las personas que han tenido alguna reacción alérgica severa a algún ingrediente de la vacuna o a una dosis previa de esa misma vacuna. Si alguna vez ha tenido una reacción alérgica seria, háblelo con su médico o enfermero(a). Es posible que haya una vacuna alternativa disponible para usted.

Si actualmente presenta fiebre o ha recibido un resultado positivo a una prueba de COVID-19 en los últimos 28 días, deberá programar su cita más adelante.

## ¿La vacuna me va a proteger?

La vacuna contra la COVID-19 reducirá las posibilidades de que padezca la enfermedad. Algunos estudios han revelado altos niveles de protección de corto plazo (entre dos y tres semanas) después de la aplicación de la primera dosis de la vacuna, pero es necesaria una segunda dosis para obtener una protección en el largo plazo.

Las vacunas no contienen organismos vivos, por lo que son seguras para personas con trastornos del sistema inmunológico. Es posible que estas

personas no respondan tan bien a la vacuna.

Al igual que todas las medicinas, ninguna vacuna es 100 por ciento efectiva. Algunas personas pueden contraer COVID-19, a pesar de haberse vacunado, pero el efecto debe ser menos severo.

## ¿La vacuna tendrá efectos secundarios?

Como todos los medicamentos, las vacunas pueden tener efectos secundarios. La mayoría de ellos son leves y breves, y no todas las personas los presentan.

Aunque padezca síntomas después de la primera dosis, debe recibir la segunda.

### Efectos secundarios muy comunes:

- Sensación de dolor, pesadez y sensibilidad en el lugar de la inyección (brazo) durante varios días después de la vacuna
- cansancio
- dolor de cabeza
- malestar general o síntomas parecidos a los de una gripe leve

Puede presentarse una fiebre leve por dos o tres días después de la vacuna, pero una fiebre alta es poco común y podría ser indicativa de que tiene COVID-19 u otra infección. Tomar una dosis común de paracetamol (siga las instrucciones del empaque) y descansar puede ayudarla(o) a sentirse mejor. No tome más de la dosis común. Un efecto secundario poco usual es la inflamación de las glándulas locales.

Normalmente, los síntomas posteriores a la vacuna duran menos de una semana. Si sus síntomas parecen empeorar o si está preocupado(a), puede entrar a la página Web [111.wales.nhs.uk](https://111.wales.nhs.uk), o, si lo requiere, puede llamar al NHS 111 Gales (al 111) o a su consultorio médico (GP). Si el 111 no está disponible en su zona, llame al 0845 46 47. Las llamadas al NHS 111 Gales no tienen costo alguno desde líneas fijas y teléfonos móviles. Las llamadas al 0845 46 47 tienen un costo de 2p por minuto, más el cargo de conexión habitual de su proveedor telefónico.



**Si acude a un médico o enfermero en busca de apoyo, asegúrese de mencionarle su vacuna (si es posible, muéstrole su tarjeta de vacunación) para que puedan valorarlo apropiadamente.**

Igualmente, puede reportar presuntos efectos secundarios de vacunas y medicamentos a través del esquema de Tarjeta Amarilla (YellowCard).

En pocas ocasiones, algunas personas presentan una reacción alérgica poco después de la aplicación de una vacuna. Puede ser una erupción o comezón que afecte a todo el cuerpo o a una parte. Aun en menos casos, algunas personas pueden presentar una reacción severa poco después de la vacuna, que les genere problemas para respirar y que pueda llevar a un colapso. A esto se le llama anafilaxia y también puede ocurrir con otros medicamentos y con alimentos. Este tipo de reacción es poco común y los/las enfermero(a)s están capacitado(a)s para atenderlas. Una reacción anafiláctica se puede tratar con éxito y normalmente la persona se recupera en unas horas.

## ¿La vacuna puede contagiarme COVID-19?

No es posible contagiarse de COVID-19 por la vacuna, pero puede ocurrir que tenga COVID-19 y que no perciba los síntomas hasta después de ponerse la vacuna.

Los síntomas más importantes de COVID-19 son los siguientes (aparición reciente del síntoma):

- una tos nueva y constante
- temperatura alta
- pérdida o cambios en el sentido del olfato y del gusto
- algunas personas también presentan malestar en la garganta, dolor de cabeza, congestión nasal, diarrea, náuseas y vómito.

Si presenta alguno de estos síntomas, permanezca en casa y hágase una prueba.

**Si requiere más información sobre los síntomas, visite [111.wales.nhs.uk](https://www.nhs.uk)**



## Qué debo hacer

Espere a recibir información sobre cuándo y dónde ponerse la vacuna. El día de su cita, vista ropa práctica, que permita acceder fácilmente a la parte superior de su brazo. Si le teme a las agujas o se siente ansioso, dígaselo a quien le esté aplicando la vacuna. Lo(a) comprenderán y lo(a) ayudarán.

Después de la primera dosis, debe prepararse para asistir a su segunda cita.

Es importante ponerse las dos dosis de la vacuna para contar con la mejor protección de largo plazo. Guarde su tarjeta en un lugar seguro y asegúrese de asistir a la cita de la segunda dosis.

## Qué hago si no me siento bien el día de la cita

Si siente un malestar severo con fiebre, llame para cancelar y espere hasta que se recupere para ponerse la vacuna. No debe acudir a vacunarse si está en aislamiento, o en espera de hacerse una prueba de COVID-19 o de recibir el resultado.



# Después de recibir la vacuna, ¿puedo contagiar a alguien de COVID-19?

La vacuna reducirá las posibilidades de que enferme seriamente. Aún no sabemos si evitará que contraiga o transmita el virus, por lo que es importante que continúe obedeciendo las reglas y recomendaciones sobre la COVID-19 para proteger a las personas a su alrededor.

**Para protegerse a usted, así como a su familia, amigos y colegas, debe:**

- **mantener el distanciamiento social**
- **utilizar una mascarilla para la cara**
- **lavarse muy bien las manos con frecuencia**
- **siga las normas vigentes:**  
[gov.wales/coronavirus](https://gov.wales/coronavirus)

## Recuerde :

La COVID-19 se transmite por medio de partículas (gotitas) que salen de la nariz y la boca, sobre todo cuando tose o habla. También lo puede contraer al tocarse los ojos, la nariz o la boca después de tocar superficies u objetos contaminados.

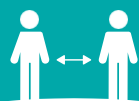
### Tres reglas para MANTENER GALES SEGURO



Lávese las  
manos



Use  
mascarilla



2 m. de  
distancia

# Mayor información

Puede encontrar más información sobre las vacunas contra la COVID-19 (incluidos sus ingredientes y posibles efectos secundarios) en:

[\*\*https://111.wales.nhs.uk/coronavirus\(2019ncov\)\*\*](https://111.wales.nhs.uk/coronavirus(2019ncov)) y en

[\*\*www.gov.uk/government/collections/mhra-guidance-on-coronavirus-covid-19\*\*](http://www.gov.uk/government/collections/mhra-guidance-on-coronavirus-covid-19)

Puede reportar posibles efectos secundarios en [\*\*coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk\*\*](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk) o descargando la aplicación Yellow Card.

Si desea saber cómo utiliza su información el NHS, entre al sitio Web: [\*\*111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights\*\*](https://111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights)

Para pedir más copias de este folleto, visite: [\*\*phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/\*\*](https://phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/)

© Public Health Wales, enero 2021  
(con reconocimiento a Public Health England)

Versión 2

ISBN 978-1-78986-154-227

