



National Institute of  
Environmental Health Sciences  
Worker Training Program

# Información sobre la vacuna contra el COVID-19 para los trabajadores

## Protéjase a sí mismo y proteja a los demás

La infección del COVID-19 amenaza la salud y el bienestar de todo el mundo. El COVID-19 —la enfermedad causada por el virus SARS-CoV-2— fue la causa principal de muertes en EEUU en el 2020, y para vencer al virus, debemos emplear diversas estrategias. Las vacunas juegan un papel importante en el control eficaz de la propagación del virus tanto en el lugar de trabajo como en la comunidad. Las cuarentenas o el aislamiento, el distanciamiento físico, lavarse las manos, llevar puesta una mascarilla y las demás medidas de seguridad deben continuar aplicándose en el lugar de trabajo, incluso después de ser vacunado. Estas medidas son importantes para protegerse a sí mismo y proteger a los demás.

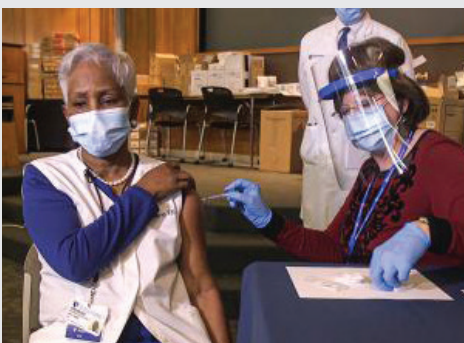


Foto cortesía de Blvth Morrell.

### Las 5 razones más importantes para vacunarse

1. Frenar la propagación del virus y ayudar a detener la pandemia.
2. Evitar que se enfermen su familia, amigos y compañeros de trabajo.
3. Desarrollar inmunidad personal y alcanzar la inmunidad de rebaño.
4. Contribuir a que haya suficientes terapias médicas y camas en los hospitales para las personas que las necesitan.
5. Evitar el cierre de actividades y el aislamiento social.

### Vacunas contra el COVID-19

Según el Dr. Anthony Fauci, director del Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas, si se vacuna entre un 70% y un 90% de la población, se puede detener la propagación del virus que produce el COVID-19 ya que eso crearía inmunidad en la sociedad. Esto se conoce a veces como inmunidad de rebaño. Para conseguir una verdadera eficacia, es necesario educar a la población para que participe en los programas de vacunación. Se estima que para conseguir la inmunidad de rebaño el nivel deseado de vacunación se alcanzaría entre mediados y finales del 2021.

### ¿Son eficaces las vacunas?

Los profesionales de la salud y los investigadores que se especializan en vacunas confían en que la vacuna sí dará protección contra la enfermedad del COVID-19.


#### Algunas realidades importantes sobre la vacuna:


- Las vacunas NO contienen el virus vivo y NO pueden provocar la enfermedad del COVID-19.
- Las vacunas que están disponibles actualmente son eficaces para la prevención del COVID-19 después de recibir las dos dosis de la serie.
- Algunas vacunas exigen que dos inyecciones se apliquen con varios días de por medio. Para esas vacunas, ambas inyecciones son necesarias para una protección completa. Otras vacunas eficaces solo requieren una inyección.
- Los expertos aún no saben por cuánto tiempo dura la protección contra la enfermedad después de ser vacunado.
- La vacuna es eficaz para todas las edades, grupos, géneros, razas y grupos étnicos.

## ¿Cómo puedo sopesar los riesgos frente a los beneficios?

Algunas personas pueden sentir molestias leves después de vacunarse, que solo duran unos pocos días. Los efectos adversos para la salud después de la vacuna son raros. Sin embargo, millones de personas se han enfermado por causa del virus y cientos de miles han muerto.

### Comparación entre los efectos secundarios de la vacuna frente a los efectos del COVID-19 en la salud

 <p><b>POSIBLES EFECTOS SECUNDARIOS DE LA VACUNA</b></p>	Sensibilidad en el punto de inyección
	Dolor de cabeza, fatiga, dolores, escalofríos, dolor en las articulaciones, náusea
	Fiebre
	Reacción alérgica (raro)

 <p><b>POSIBLES EFECTOS DEL COVID-19 EN LA SALUD</b></p>	Muerte
	Dolor de cabeza, fatiga, dificultad para respirar, tos, dolor en el pecho, dolor en las articulaciones, náusea
	Fiebre, palpitaciones
	Confusión mental (niebla mental)
	Depresión, ansiedad, estrés postraumático (TEPT)
	Inflamación del músculo del corazón
	Dificultad para respirar
	Lesión aguda en los riñones
	Urticaria, pérdida del cabello
	Pérdida del olfato y el gusto, dificultad para dormir, dificultad para concentrarse, pérdida de memoria

## ¿Qué pasa si ya ha tenido COVID-19?

Los trabajadores que ya tuvieron COVID-19 también se pueden vacunar. No es necesario hacerse una prueba del virus SARS-CoV-2 antes de vacunarse. Las personas que están infectadas en este momento pueden esperar aproximadamente 90 días después de su diagnóstico o después de los primeros síntomas para poder recibir la vacuna.

## ¿Cómo sé si la vacuna es para mí?

Decidir vacunarse puede ser una decisión personal difícil. No es nada raro escuchar información incorrecta sobre la seguridad de la vacuna y sobre su eficacia.

Lo aconsejable es que hable con una persona de confianza, como su médico de cabecera, para tomar una decisión sobre la vacunación. También puede buscar información en los [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\)](#) o en los departamentos de salud de su estado o localidad.



## ¿Qué personas deben evitar vacunarse?

La vacuna no debe administrarse a personas con algunos padecimientos subyacentes ni tampoco a personas con un sistema inmunitario vulnerable o débil. Esto incluye a personas que padecen de enfermedades autoinmunes como el síndrome Guillain-Barré. También incluye a personas que ya están enfermas con COVID-19.

Aún más, los niños menores de 16 años no deberán vacunarse hasta que se completen los ensayos clínicos y se dé la autorización para el uso de emergencia en niños.

## ¿Necesito usar una máscara y mantener distancia social si he recibido todas las dosis requeridas de la vacuna?

Sí. Es posible que todavía pueda transmitir el virus que causa el COVID-19 a otras personas, incluso si usted no se enferma. Por lo tanto, es importante usar una máscara y evitar el contacto cercano con los demás.

## ¿Qué pasa si un empleador no ofrece la vacuna?

Si su empleador no ofrece la vacuna, investigue en el departamento de salud de su estado o de su localidad para saber cuándo puede vacunarse y dónde están vacunando cerca de usted.

## ¿Pueden vacunarse las mujeres embarazadas o en periodo de lactancia?

Si una mujer pertenece a un grupo (por ej., es personal médico) que tiene recomendado recibir una vacuna anti COVID-19, y está embarazada, puede optar por vacunarse. Para tomar una decisión bien informada, es recomendado consultar este tema con su médico de cabecera.

## ¿Qué se sabe sobre los informes de reacciones alérgicas graves causadas por la vacuna contra el COVID-19?

Si ha sufrido una reacción alérgica a otras vacunas o terapias inyectables, existe la posibilidad de que también sea alérgico a un ingrediente de la vacuna contra el COVID-19. Antes de vacunarse, es muy importante que hable con su médico sobre su historial de salud y lo que contiene la vacuna.

En definitiva, su médico puede ayudarle a determinar si la vacuna es segura para usted.



## Recursos

- **CDC - Vacuna contra el COVID-19:** <https://www.cdc.gov/vaccines/covid-19/index.html>
- **CDC - Las vacunas contra el COVID-19 y las reacciones alérgicas:** <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/safety/allergic-reaction.html>
- **U.S. Food and Drug Administration - Vacunas contra el COVID-19:** <https://www.fda.gov/emergency-preparedness-and-response/coronavirus-disease-2019-covid-19/covid-19-vaccines>
- **National Institute of Environmental Health Sciences Programa de Capacitación de Trabajadores - COVID-19:** <https://tools.niehs.nih.gov/wetp/covid19worker/index.cfm>
- **U.S. Department of Veterans Affairs (VA) - Vacunas contra el COVID-19 en VA:** <https://www.va.gov/health-care/covid-19-vaccine/>
- **National Institutes of Health (NIH) Community Engagement Alliance - ¿Cómo se prueban las vacunas?** <https://www.nlm.nih.gov/oet/ed/ceal/how-are-vaccines-tested-spanish.html>
- **NIH Community Engagement Alliance - Información sobre las vacunas:** <https://covid19community.nih.gov/espanol>
- **NIH - Desarrollo y preparativos de la vacuna contra el COVID-19:** <https://covid19.nih.gov/research-highlights/vaccine-development>