

# Datos Importantes: Todo Lo Que Necesita Saber Sobre Las Vacunas

Las vacunas son seguras y efectivas — y debería recibirlas



Hay una gran cantidad de información disponible para el público sobre las vacunas, pero puede ser difícil obtener los hechos básicos sobre ellas. Aquí, desglosamos lo que necesita saber.

## ¿Qué son las vacunas y cómo funcionan?

Una **vacuna** es un tipo de medicamento que se administra para exponer su sistema inmunológico a la enfermedad contra la que se vacuna. Una vez que su cuerpo ha estado expuesto a un virus, puede crear los anticuerpos necesarios para protegerse de esa enfermedad. Algunas **vacunas** contienen pequeñas cantidades de cepas **debilitadas (atenuadas)** de una enfermedad, mientras que otras contienen una cantidad parcial de patógenos (virus o bacterias) que desencadenan la respuesta inmunológica. Las vacunas le permiten desarrollar inmunidad a una enfermedad sin jamás sufrir de ella, por lo que no se enfermará si se expone al virus después de recibir la vacuna. En otras palabras, las vacunas no se utilizan para tratar o curar una enfermedad, si no que previenen que usted la contraiga en primer lugar.

Algunas veces, las personas se sienten enfermas después de recibir una vacuna y concluyen que la causa es la enfermedad para la que están siendo vacunadas. Sin embargo, los efectos secundarios de recibir una vacuna son en realidad producidos por la respuesta inmunológica de su cuerpo a la incorporación de algo extraño, no por el contenido de la vacuna en sí. Además, los efectos secundarios de las vacunas son casi siempre mucho menos graves que los síntomas de la enfermedad.

## ¿Cómo funcionan las vacunas de la COVID-19?

Las **tres principales vacunas de la COVID-19** que se están desarrollando y distribuyendo utilizan tres métodos distintos para introducir el virus en nuestro sistema inmunológico.

- La primera es una **vacuna de ARNm**, que contiene una cadena de ARN mensajero. El ARN mensajero es material genético que contiene instrucciones que utiliza el cuerpo para construir proteínas. Esta vacuna introduce pequeñas cadenas de ARNm que nuestro cuerpo lee y utiliza para construir una proteína exclusiva del **nuevo coronavirus que produce la COVID-19**. Una vez que la proteína ha sido creada, el cuerpo la reconoce como extraña y la destruye, originando **Linfocitos B y T** (tipos de glóbulos blancos que luchan contra los virus) en el proceso. La vacuna **en realidad no cambia su ADN** de ninguna forma.
- El siguiente tipo es una vacuna de subunidades proteicas. Esta vacuna introduce una proteína inocua utilizada por la COVID-19 para ingresar al cuerpo. Al igual que la vacuna de ARNm, esta proteína se reconoce y destruye, creando linfocitos T y anticuerpos que ayudarán a combatir el virus si el cuerpo alguna vez se expone a él en el futuro.
- El último tipo es una vacuna de vectores, que introduce un virus vivo debilitado distinto del coronavirus, pero que contiene material genético de él. Una vez que el virus ingresa al cuerpo, el sistema inmunológico destruye el virus vivo y accede al material genético que contiene. El cuerpo utiliza esta información para crear proteínas del coronavirus, que luego son reconocidas y destruidas, originando linfocitos B y T en el proceso.

Todos son medios **seguros y efectivos** de proporcionar a su sistema inmunológico las herramientas para combatir al coronavirus real en el futuro, en caso de que esté expuesto a él.



## ¿Cómo puedo saber que las vacunas son seguras para mí y mi familia?

Más de **mil millones de vacunas se producen** cada año en todo el mundo, y la mayoría de ellas se distribuyen y administran a personas sanas de todas las edades. Por lo tanto, existen protocolos sumamente estrictos y extensos cuando se trata de desarrollar y probar la seguridad y eficacia de estas vacunas. En los Estados Unidos, la Administración de Alimentos y Medicamentos (conocida como la FDA por sus siglas en inglés) supervisa la producción y evaluación de nuevas vacunas. Las vacunas de la COVID-19 se fabricaron y distribuyeron rápidamente debido a la urgencia de desarrollar la vacuna, pero su **seguridad no se vio comprometida** en el proceso. "El mundo entero presentó y financió a sus mejores científicos para investigar, desarrollar y probar la seguridad y eficacia de las vacunas de la COVID-19", dijo **Debra Furr-Holden, Ph.D.**, epidemióloga de Michigan State University, al preguntarle sobre la rapidez del desarrollo de la vacuna de la COVID-19.



## ¿Por qué debería vacunarme?

La decisión de vacunarse depende en última instancia de cada persona. Sin embargo, para la mayoría de las personas, los beneficios de las vacunas superan ampliamente los inconvenientes. Las vacunas requieren estándares de seguridad muy altos y pueden mantenerlo a salvo, especialmente en medio de una pandemia mundial. Si bien algunas vacunas tienen efectos secundarios, esto ocurre excepcionalmente y, en su mayor parte, son muy leves, sobre todo en comparación con los síntomas de las enfermedades de las que lo protegen, que en ocasiones pueden ser fatales.

Las personas que no pueden vacunarse por motivos médicos (como los recién nacidos o las personas inmunocomprometidas) dependen de la inmunidad colectiva para mantenerse a salvo. La inmunidad colectiva es una protección indirecta contra una enfermedad y se logra cuando la mayoría de la población se vuelve inmune, ya sea al contraer la enfermedad o al recibir una vacuna. Al vacunarse usted y a su familia, contribuye



a la protección de toda la comunidad sin correr el riesgo de enfermarse por la afección. Sin embargo, la decisión de vacunarse debe ser una decisión bien informada entre usted y la profesional de la salud que la atiende.

La desconfianza médica en torno a las vacunas existe en parte debido a la difusión de información falsa, pero es importante educarnos para poder **superar** este escepticismo. "La reciente epidemia de la COVID-19 ha sacado a la luz la desconfianza y el escepticismo médico preexistente", dijo Furr-Holden, "pero nos brinda la oportunidad de educarnos y forjar relaciones con nuestros médicos y profesionales de la salud, que están mejor informados que la mayoría de la población". Su profesional sanitario es la mejor fuente de orientación médica para que así pueda tomar una decisión informada acerca de obtener la vacuna de la COVID-19.

## ¿Cómo funciona la inmunidad colectiva?

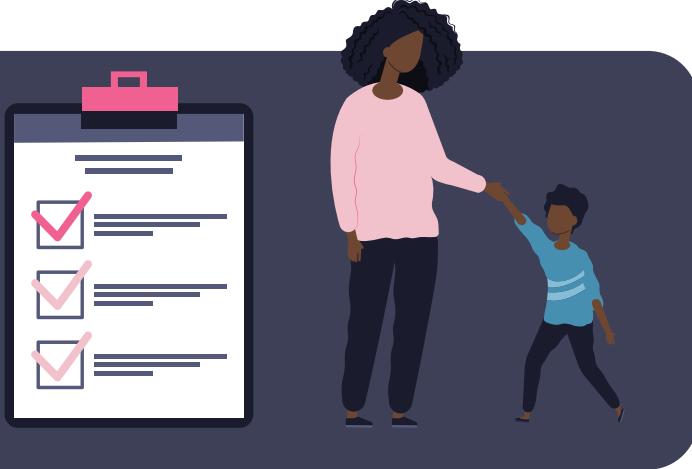
La **inmunidad colectiva** se logra cuando la mayor parte de la población se vuelve inmune a una enfermedad porque han tenido la enfermedad y se han recuperado o han sido vacunados. Si bien el porcentaje de inmunidad varía de acuerdo a la enfermedad, un gran porcentaje de la población debe ser inmune para poder lograr la inmunidad colectiva. Por ejemplo, la Clínica Mayo ha descubierto que alrededor del **94%** de la población debe ser inmune para que se logre la inmunidad colectiva para detener el sarampión. Se ha demostrado que las vacunas son la medida preventiva más segura, poniendo a una menor cantidad de personas en riesgo.



Existen diversas enfermedades, como la polio, que producían muerte y discapacidad [antes de las vacunas](#). El escepticismo reciente sobre las vacunas ha llevado a un [resurgimiento de enfermedades](#) que ya habían sido erradicadas o reducidas significativamente. El sarampión, por ejemplo, que anteriormente tenía un número muy reducido de casos, ha resurgido hace poco en comunidades donde un gran número de personas decide no vacunarse. A medida que aumenta el número de personas que rechazan las vacunas para enfermedades previamente erradicadas, también aumenta el riesgo de que estas enfermedades se extiendan a la población en general. Es importante que se eduque y comprenda los grandes beneficios que las vacunas han ofrecido a la salud de nuestro país.

## ¿Para qué debo vacunarme? ¿Para qué deben vacunarse mis hijos?

Los [CDC](#) proporcionan listas completas de las vacunas necesarias tanto para [niños](#) como para [adultos](#). Consulte con un profesional de la salud para asegurarse de que se encuentre al día con sus vacunas.



## Recibí las vacunas necesarias cuando era niño. ¿Qué son los refuerzos y por qué los necesito?

Los refuerzos funcionan reintroduciendo la enfermedad en el sistema inmunológico para que pueda desarrollar aún más la inmunidad a la enfermedad. Los [CDC](#) recomiendan que los adultos reciban una vacuna anual contra la influenza (gripe) y un refuerzo de Tdap cada 10 años. Algunas enfermedades, como la gripe, mutan rápidamente, lo que significa que se deben incorporar nuevas cepas en su sistema inmunológico cada año. Se insta a las mujeres embarazadas a que reciban una vacuna Tdap adicional alrededor de las 27-36 semanas de gestación para prevenir la tos ferina, que puede ser fatal para los recién nacidos.

Los [CDC](#) recomiendan que los niños de hasta 18 años reciban ciertas vacunas, que incluyen:

- Difteria, tétanos y tos ferina acelular
- Haemophilus influenzae
- Hepatitis A y B
- Virus del papiloma humano (VPH)
- Influenza
- Sarampión, paperas y rubéola
- Serogrupos de meningococo A, C, W, Y y B
- Conjugado neumocócico 13-valente
- Polisacárido neumocócico 23-valente
- Vacuna contra la poliomielitis
- Rotavirus
- Varicela

Los adultos, que idealmente deberían haber recibido todas las vacunas anteriores cuando eran niños, también deberían recibir una vacuna anual contra la influenza (gripe) y una dosis de refuerzo de la Tdap cada 10 años, así como algunas otras, según el caso. Consulte con un profesional de la salud para determinar [qué vacunas pueden ser apropiadas para usted](#).

## ¿Qué ocurre si no puedo pagar las vacunas?

La mayoría de los proveedores de seguros médicos, incluido Medicare Plan B, cubren las vacunas necesarias y sugeridas para niños y adultos; sin embargo, existen opciones para quienes no cuentan con un seguro médico. Algunos centros de salud y departamentos de salud locales del estado [ofrecen vacunas gratuitas o a bajo costo](#).

