

Vacunarse es una elección personal:

A medida que se vacuna a más personas y se abren las comunidades, hay un cambio en los protocolos de seguridad personal.

Según los CDC, las vacunas:

1. "son efectivas para prevenir que contraiga el COVID-19, especialmente las enfermedades graves y la muerte." (CDC website) incluso contra la variante Delta.
2. "reducen el riesgo de que las personas propaguen el COVID-19." (CDC website)
3. Deja un porcentaje de que alguien puede infectarse con COVID-19, experimentar síntomas y enfermedades y transmitir COVID-19. (Consulte los porcentajes de eficacia de la vacuna a continuación.)

Los CDC continúan aprendiendo:

1. Qué tan efectivas son las vacunas contra nuevas variantes del virus COVID-19 y la duración de la protección.
2. Qué tan bien protegen las vacunas a las personas con sistemas inmunitarios debilitados, incluyendo las personas que toman medicamentos inmunosupresores.

Actualmente, los CDC declara que todos, vacunados o no vacunados:

1. Deben usar máscaras en interiores en público.
2. Deben prestar atención a los síntomas y exposiciones al COVID-19, si tienen algún síntoma, háganse la prueba y quédense en casa y lejos de los demás.

Para continuar cuidándonos a nosotros mismos, la comunidad vacunada y no vacunada, los miembros de la comunidad inmunodeprimida, los niños, los bebés y aquellos que no pueden vacunarse, debemos tomar precauciones para protegernos unos a otros - especialmente a medida que se extiende la variante Delta. Consulte nuestro documento "Qué debes saber sobre la variante Delta". The Maternal Coalition (La Coalición Materna) anima a la comunidad a:

1. **Usar mascarillas faciales:** Use máscaras faciales en público y cuando las personas lo soliciten por su propia seguridad.
2. **Usar desinfectante de manos:** Use desinfectante de manos y / o lávete las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
3. **Desinfectar:** Desinfectar áreas y artículos que se tocan comúnmente.
4. **Considera tu seguridad y la seguridad general de los miembros de la comunidad** al tomar decisiones para ver a otras personas, desenmascararte, viajar, etc.
 - Cuando en grupos de personas, en lugar de preguntar si todos están vacunados (es información médica privada y las personas eligen si quieren compartir o no) pregunta si las personas se sienten cómodas manteniéndose enmascaradas o desenmascaradas, cerca, tocándose, quieren un abrazo, etc.
 - Considera por ti mismo con qué te sientes cómoda.
 - Ser cauteloso, reflexivo y comunicativo al compartir espacios ayuda a proteger tanto a las personas no vacunadas como a las vacunadas.
 - Independientemente de si alguien está vacunado o no, hable con tus seres queridos sobre lo que significa estar "seguro", considere a qué reuniones sociales asistir, quedarte en casa cuando estás enferma, etc.
 - Haz tu plan de apoyo posparto y de amamantar según estas preguntas, ¿Cuántas personas te sientes cómoda tener en tu casa? ¿Cuántas personas te sientes cómoda alrededor de tu bebé desenmascarada? ¿Cuántas personas te sientes cómoda tocando a tu bebé?
 - Haz un plan de apoyo para el posparto y el apoyo de amamantamiento que incluye cosas como preparación de alimentos, hacer mandados, compras de comestibles, llamadas virtuales y compartir fotos para que tus seres queridos aún puedan ser parte de tu viaje de parto y crianza.

Para conocer formas de mantenerte en contacto y obtener apoyo durante este tiempo, visite: TheMaternalCoalition.org

The Maternal Coalition
info@thematernalcoalition.org

Última actualización Agosto de 2021

Nota: No somos profesionales médicos, esto no es un consejo médico.

Cada día aprendemos más sobre COVID-19 y las vacunas; este es un documento en constante cambio. Visite nuestro sitio web para obtener actualizaciones continuas de esta información.



Última actualización
Agosto de 2021

Embarazo, lactancia y la vacuna COVID-19

Manténte informada sobre tus derechos y recuerda:
Tu cuerpo, tu bebé, tus decisiones



¿Qué es la vacuna contra COVID-19?

Actualmente hay dos vacunas contra COVID-19 que están autorizadas para el uso de emergencia por el FDA. Ninguna de estas vacunas contiene el virus COVID-19 vivo

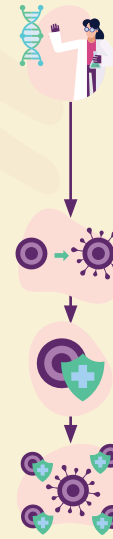
	PFIZER	MODERNA	JOHNSON & JOHNSON
Nota	<i>Los datos muestran que la vacuna contra COVID-19 ayuda a prevenir síntomas, enfermedades y enfermedades graves, pero no está claro si nos impide portar el virus y transmitirlo a otras personas.</i>	<i>Los datos muestran que la vacuna previene síntomas, enfermedades y enfermedades graves, y la evidencia preliminar sugiere que podría proteger contra la infección por COVID-19. Las mujeres de 50 años o menos deben ser conscientes del riesgo poco común de que se formen coágulos sanguíneos con plaquetas bajas después de recibir esta vacuna.</i>	<i>Los datos muestran que la vacuna previene síntomas, enfermedades y enfermedades graves, y la evidencia preliminar sugiere que podría proteger contra la infección por COVID-19. Las mujeres de 50 años o menos deben ser conscientes del riesgo poco común de que se formen coágulos sanguíneos con plaquetas bajas después de recibir esta vacuna.</i>
Tipo de vacuna	ARNm (vea los detalles abajo)	ARNm (vea los detalles abajo)	Vacuna de vector viral (vea los detalles abajo)
Dosis	2 dosis; 21 días separados	2 dosis; 28 días separados	1 dosis
Eficacia*	95% de eficacia para prevenir la infección por COVID-19 después de 2 dosis.	94% de eficacia para prevenir la infección por COVID-19 después de 2 dosis.	66% de efectividad para prevenir infecciones por COVID-19 de moderadas a graves después de 1 dosis.
Edad	12 años en adelante	18 años en adelante	18 años en adelante
Proteccion	Se considera que las personas están completamente protegidas una o dos semanas después de recibir la segunda dosis.	Se considera que las personas están completamente protegidas una o dos semanas después de recibir la segunda dosis.	Se considera que las personas están completamente protegidas dos semanas después de recibir la dosis. Las mujeres de 50 años o menos deben estar atentas a cualquier síntoma de un coágulo de sangre con plaquetas bajas. Durante tres semanas después de la vacuna, mantente atenta a: <ul style="list-style-type: none"> • Dolores de cabeza intensos o persistentes o visión borrosa • Dificultad para respirar • Dolor en el pecho • Hinchazón de la pierna • Dolor abdominal persistente • Fácil formación de moretones o pequeñas manchas de sangre debajo de la piel más allá del lugar de la inyección Busca atención médica de inmediato si se desarrollan uno o más de estos síntomas

**Las tres vacunas no se pueden comparar en su eficacia y solo se pueden comparar en un ensayo clínico comparando las diferentes vacunas entre sí.*

Después de recibir la vacuna, serás monitoreada durante 15 minutos en caso de una reacción. Efectos secundarios comunes son dolor en los músculos alrededor del lugar de la inyección, dolor muscular, mareos, fatiga, náuseas, fiebre, y malestar estomacal.

La información sobre las vacunas y sus impactos aún se está desarrollando, consulta con tu proveedor de atención médica sobre qué vacuna es la más adecuada para ti como persona embarazada o lactante.

CÓMO FUNCIONAN ESTAS VACUNAS



Existen vacunas de ARN y vectores virales:

- **Vacunas de ARN:** Parte del código genético del virus se convierte en una vacuna.
- **Vacunas de vectores virales:** Un virus diferente, modificado e inofensivo (el vector) se convierte en una vacuna.
- Estos diferentes enfoques hacen lo mismo, solo que de diferentes maneras. Las vacunas de vectores virales se han utilizado en el pasado para otras vacunas.

Una vez inyectada, la vacuna ingresa a las células y les dice que creen proteínas de pico de coronavirus (picos que sobresalen y que se unen a las células para infectarlas).

El sistema inmunológico del cuerpo responde creando anticuerpos y activa las células T para destruir cualquier célula que tenga proteínas de pico.

Si el paciente luego contrae coronavirus, el cuerpo recurre a los anticuerpos creados y a las células T para combatir el virus.

EMBARAZO, LA LACTANCIA Y LA VACUNA CONTRA COVID-19

Datos recientes muestran que las personas embarazadas tienen un mayor riesgo de enfermedad grave y/o hospitalización cuando tienen síntomas, COVID positivo. Datos recientes han demostrado que las personas embarazadas con COVID + tienen un mayor riesgo de parto prematuro y / u otros resultados dañinos del embarazo.

Los CDC ahora declaran que las vacunas COVID-19 se recomiendan para las personas que están embarazadas, que podrían quedar embarazadas en el futuro y para las personas que amamantan. "...datos sugieren que los beneficios de recibir la vacuna contra el COVID-19 superan a cualquier riesgo conocido o potencial de vacunarse durante el embarazo." (CDC Website)

Hay datos o resultados limitados sobre los impactos de la vacuna en las personas lactantes y amamantando, aunque los CDC todavía recomiendan la vacunación. Los estudios de los CDC muestran que los anticuerpos generados por la vacuna se transmiten al recién nacido tanto en el útero, a través del cordón umbilical como a través de la leche corporal.

Las personas embarazadas y en período de lactancia son elegibles para la vacuna, para encontrar un sitio de vacunación cerca de ti, visita: [vaccines.gov](https://www.vaccines.gov).

TEMAS PARA DISCUTIR CON TU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA

- ¿? Tu exposición al COVID-19, los niveles de riesgo para ti y tu familia, las precauciones que estás tomando, etc.
- ¿? Lo que se sabe sobre la vacuna: qué tan bien te protege, efectos secundarios conocidos e información sobre la vacuna y el embarazo.

"Vacunarse es una decisión personal... Si está embarazada puede vacunarse contra el COVID-19."

"Por lo tanto, las personas lactantes pueden recibir la vacuna contra el COVID-19."

- CDC website

