

Guía para padres sobre

vacunas infantiles





**Protegemos
lo más preciado**



Qué son las vacunas:

Las vacunas son productos que nos protegen contra enfermedades graves, a menudo mortales, ayudando a la defensa natural de nuestro cuerpo, el sistema inmunitario, a combatirlas. Las vacunas imitan lo que sucede en el cuerpo cuando un germen (habitualmente, un virus o una bacteria) lo ataca sin enfermarnos. La mayoría de las vacunas contienen gérmenes inactivados o debilitados, pero no causan la enfermedad que previenen ni ponen en riesgo al niño.

Qué hacen las vacunas:

Las vacunas son como los maestros. Le enseñan al sistema inmunitario de su hijo a protegerlo de enfermedades mortales. Cuando su hijo recibe una vacuna, el sistema inmunitario se pone a trabajar de inmediato. Toma lo aprendido de la vacuna para poder estar listo si su hijo estuviera expuesto a gérmenes dañinos.

Todos estamos expuestos a gérmenes todos los días. Algunos pueden producir un resfriado o una enfermedad leve. Pero también hay virus y bacterias más peligrosos que pueden enfermar mucho a los niños. Enfermedades como el sarampión, la difteria y la poliomielitis solían enfermar y matar a miles de niños. Por este motivo, es importante vacunarse para que su sistema inmunitario sepa qué hacer.

¿Qué contiene una vacuna?



Ingredientes activos

Los ingredientes activos son una pequeña cantidad de la forma inofensiva de la bacteria o del virus contra el que se lo está vacunando.

Componentes residuales

Los componentes residuales son pequeños restos de ingredientes que ayudaron a fabricar la vacuna. Estos podrían ser proteína de huevo, proteína de levadura o antibióticos.

Adyuvantes

Los adyuvantes potencian la respuesta del cuerpo a la vacuna, lo que permite que funcione mejor. La sal de aluminio es un adyuvante común y también se puede encontrar en desodorantes o antiácidos (como Tums®).

Conservantes y estabilizadores

Los estabilizadores mantienen la eficacia de la vacuna después de su fabricación. Los conservantes se utilizan en pequeñas cantidades para evitar que la vacuna se contamine con bacterias u hongos después de su fabricación. Estos ingredientes se encuentran en productos como el jabón e incluso en la mezcla de gelatina Jell-O.

Agua

El agua es el ingrediente principal.



¿Por qué vacunarse?

Las vacunas protegen a su hijo contra enfermedades graves enseñándole al sistema inmunitario a estar atento a ciertas bacterias y virus, y a reaccionar rápidamente.

Vacunar a su bebé lo protege contra enfermedades graves como el sarampión, la tos ferina, la poliomielitis, el tétanos (trismo), dos formas de hepatitis, la varicela, la diarrea grave, la gripe, la COVID-19, entre otras. Las vacunas no protegen a los niños de todas las enfermedades leves, pero pueden prevenir muchas enfermedades graves.

¿Por qué mi bebé necesita estas vacunas si las enfermedades son poco frecuentes ahora?

- Algunas de estas enfermedades casi han desaparecido, pero, si los bebés no están protegidos, pueden enfermarse si llegan a estar expuestos, aunque fuera una vez.
- Algunas enfermedades son comunes en otras partes del mundo y están a solo un viaje en avión de distancia.
- Algunas enfermedades, como el sarampión y la tos ferina, se propagan con mucha facilidad, así que los bebés necesitan protección contra ellas.
- Si dejamos de vacunar contra estas enfermedades, se infectarán muchas más personas.
- Vacunar a su hijo lo mantendrá seguro.



14 Diseases You Almost Forgot About Thanks to Vaccines

Learn more about 14 different diseases that children and vaccines have prevented.

Preguntas comunes

Las vacunas ayudan a su cuerpo a detener una infección antes de que comience. Contribuyen a que usted y su hijo eviten infecciones que pueden ser graves o mortales. También protegen a otras personas que no pueden recibir vacunas, como los bebés que son demasiado pequeños para tener todas las vacunas, las mujeres embarazadas y las personas inmunodeprimidas. Aquí encontrará respuestas a otras preguntas sobre las vacunas:

¿Por qué mi hijo necesita tantas vacunas?

Las vacunas para niños se programan cuidadosamente. Se administran cuando la protección heredada de la madre desaparece y el sistema inmunitario del niño está listo, pero antes de que los niños entren en contacto con los gérmenes que causan infecciones reales.

¿Está bien seleccionar las vacunas que recibe mi hijo?

Saltarse algunas vacunas deja a su hijo desprotegido y permite que transmita enfermedades a otras personas. Debido a que las enfermedades se siguen propagando en muchas partes del mundo, saltarse vacunas pone a su hijo en riesgo en el futuro.

¿No es la lactancia materna la que protege a mi bebé?

La lactancia materna tiene muchos beneficios, como la inmunidad a corto plazo contra algunas enfermedades. Las vacunas ayudan a proteger contra las enfermedades graves que la lactancia materna, por sí sola, no puede prevenir.

¿No es mejor la inmunidad natural que una vacuna?

Es bueno tener inmunidad natural, pero algunas enfermedades pueden causar daños que no se pueden revertir. Mediante las vacunas, el sistema inmunitario sabe cómo combatir estas enfermedades, sin riesgo de complicaciones, incluida la muerte.

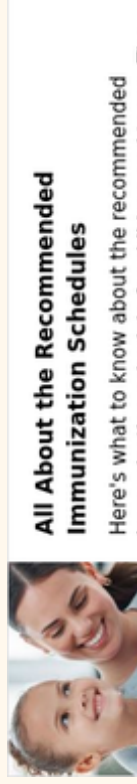
¿Las vacunas infantiles causan autismo?

Las vacunas no causan autismo. El estudio original que sugirió esta conexión en 1998 estaba basado en errores científicos. Ese estudio se retiró de los registros científicos en 2010.

¿La vacuna me causará la enfermedad?

Algunas personas piensan que las vacunas las enferman, porque tienen dolor de cabeza, fiebre u otros síntomas después de que se vacunan. Pero el sistema inmunitario provoca estos síntomas. Son una señal de que el sistema inmunitario reconoce la vacuna y se está preparando para combatir la infección real.

Calendario de vacunación



All About the Recommended Immunization Schedules

Here's what to know about the recommended



Vaccines Your Child Needs

Vaccinations have reduced the number of infections from vaccine-preventable diseases by more than



¿Contra qué enfermedades protegen estas vacunas?

Enfermedad prevenible mediante la vacunación		Complicaciones de la enfermedad
VRS (virus respiratorio sincitial) Infección viral contagiosa de la nariz, la garganta y, a veces, los pulmones. Se propaga a través del aire y el contacto directo.		Infección de los pulmones (neumonía) y sus pequeñas vías respiratorias; especialmente peligrosa para los bebés y niños pequeños
Hepatitis B Infección viral contagiosa del hígado. Se contagia a través del contacto con fluidos corporales infectados, como sangre o semen.		Infección hepática crónica, insuficiencia hepática, cáncer de hígado, muerte
Rotavirus Infección bacteriana contagiosa del intestino. Se propaga a través de la boca por contacto con manos y alimentos contaminados con heces.		Diarrea grave, deshidratación, muerte
Difteria* Infección bacteriana contagiosa de la nariz, la garganta y, a veces, los pulmones. Se propaga a través del aire y el contacto directo.		Inflamación del músculo cardíaco, insuficiencia cardíaca, coma, parálisis, muerte
Pertussis (tos ferina) Infección viral contagiosa del hígado. Se contagia a través del contacto con fluidos corporales infectados, como sangre o semen.		Infección de los pulmones (neumonía), muerte; especialmente peligrosa para los bebés
Tétanos (trismo)* Infección bacteriana del cerebro y los nervios causada por esporas que se encuentran en el suelo y en el polvo en todas partes. Las esporas ingresan al cuerpo a través de heridas o piel agrietada.		Convulsiones, huesos rotos, dificultad para respirar, muerte
Hib (<i>Haemophilus influenzae</i> tipo b) Infección bacteriana contagiosa de los pulmones; el cerebro y la médula espinal o el torrente sanguíneo. Se propaga a través del aire y el contacto directo.		Depende de la parte del cuerpo que esté infectada, pero puede incluir daño cerebral, pérdida de la audición, pérdida de un brazo o una pierna, la muerte
Neumococo Infecciones bacterianas de los oídos, los senos paranasales, los pulmones o el torrente sanguíneo. Se contagia a través del contacto directo con gotitas procedentes de la respiración como saliva o moco.		Depende de la parte del cuerpo que esté infectada, pero puede incluir infección de los pulmones (neumonía), envenenamiento de la sangre, infección del revestimiento del cerebro y la médula espinal, y la muerte
Poliomielitis Infección viral contagiosa de los nervios y el cerebro. Se propaga a través de la boca por contacto con manos, alimentos o líquidos contaminados con heces, y por el aire y el contacto directo.		Parálisis, muerte
COVID 19 Infección viral contagiosa de la nariz, la garganta o los pulmones. Puede sentirse como un resfriado o una gripe. Se propaga a través del aire y el contacto directo.		Infección de los pulmones (neumonía), coágulos de sangre; daño hepático, cardíaco o renal; COVID prolongado; muerte
Gripe Infección viral contagiosa de la nariz, la garganta y, a veces, los pulmones. Se propaga a través del aire y el contacto directo.		Infección de los pulmones (neumonía), infecciones de los senos paranasales y del oído, empeoramiento de afecciones cardíacas o pulmonares preexistentes, muerte
Sarampión (rubéola)† Infección viral contagiosa que causa fiebre alta, tos, enrojecimiento de los ojos, goteo nasal y sarpullido. Se propaga a través del aire y el contacto directo.		Inflamación cerebral, infección de los pulmones (neumonía), muerte
Paperas† Infección viral contagiosa que causa fiebre, cansancio, hinchazón de las mejillas e hinchazón y sensibilidad de la mandíbula. Se propaga a través del aire y el contacto directo.		Inflamación del cerebro, dolor e inflamación de los testículos u ovarios, sordera, muerte
Rubéola (sarampión alemán)† Infección viral contagiosa que causa fiebre baja, dolor de garganta y sarpullido. Se propaga a través del aire y el contacto directo.		Muy peligrosa en embarazadas; puede provocar aborto espontáneo o muerte fetal, parto prematuro, defectos congénitos graves
Varicela Infección viral contagiosa que causa fiebre, dolor de cabeza y sarpullido con ampollas y picazón. Se propaga a través del aire y el contacto directo.		Úlceras infectadas, inflamación del cerebro, infección de los pulmones (neumonía), muerte
Hepatitis A Infección viral contagiosa del hígado. Se contagia a través de alimentos o bebidas contaminados o por contacto cercano con una persona infectada.		Insuficiencia hepática, muerte
VPH (virus del papiloma humano) Infección viral contagiosa que se contagia por contacto cercano de piel con piel, incluso durante las relaciones sexuales.		Verrugas genitales y muchos tipos de cáncer en el futuro, incluido el cáncer de cuello uterino, vagina, pene, ano y garganta
Meningococo Infección bacteriana contagiosa del revestimiento del cerebro y la médula espinal o el torrente sanguíneo. Se propaga a través del aire y el contacto directo.		Pérdida de un brazo o una pierna, sordera, convulsiones, muerte

* **La vacuna DTP** protege contra el tétanos, la difteria y la tos ferina

† **La vacuna triple vírica** protege contra el sarampión, las paperas y la rubéola

¿Qué pasa si no nos vacunamos?

Su hijo corre el riesgo de contraer una enfermedad prevenible con vacunas.

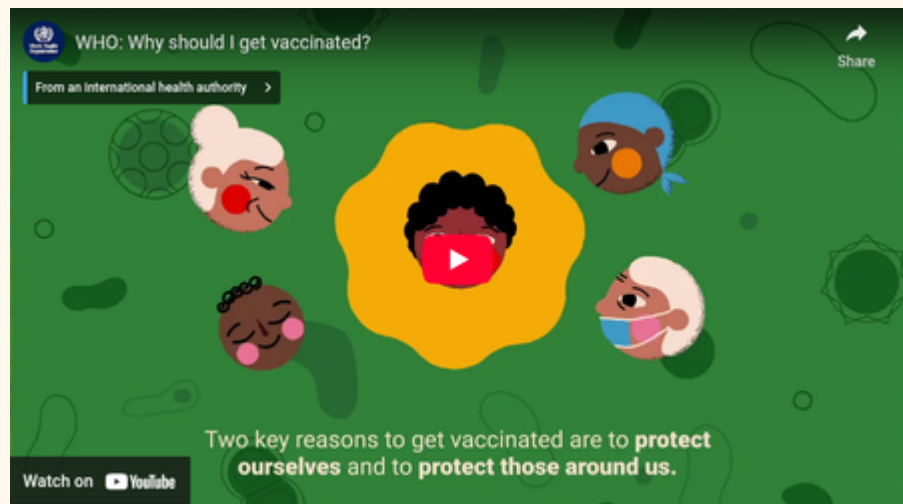
Su hijo es más susceptible a enfermedades prevenibles como la gripe, la tos ferina, el sarampión, la varicela, entre otras.

Su hijo puede contagiar a otras personas de la comunidad.

Los niños que no están vacunados pueden transmitir enfermedades que se previenen con las vacunas en las escuelas y en la comunidad. Los niños no vacunados pueden infectar a bebés que son demasiado pequeños para tener todas las vacunas o a personas de cualquier edad que no se pueden vacunar por razones médicas.

Es posible que su hijo tenga que ser excluido de la escuela o la guardería.

Durante los brotes de enfermedades, es posible que se excluya de la escuela o la guardería a los niños no vacunados para protegerlos a ellos y a los demás. Esto puede generar dificultades para el niño y los padres.





www.racinecounty.com/publichealth
262-898-4460



CITY OF RACINE, WISCONSIN
PUBLIC HEALTH DEPARTMENT

<https://cityofracine.org/health>
262-636-9201

Guía para el orientador sobre

vacunas infantiles



Contexto

Durante mucho tiempo, las vacunas han sido un pilar fundamental de la salud pública, ya que desempeñan un papel esencial en la protección de nuestras comunidades contra enfermedades prevenibles. Han disminuido de manera significativa y, en algunos casos, erradicado enfermedades que antes constituían riesgos importantes. Este éxito es un claro ejemplo del poder de la acción colectiva y la innovación médica. Si las tasas de vacunación se mantienen altas, nos protegemos a nosotros mismos y, al mismo tiempo, a las personas que no pueden vacunarse, como los bebés y las personas que tienen sistemas inmunitarios debilitados.

A pesar de esto, las tasas de vacunación están disminuyendo, a menudo debido a la información errónea y al conformismo. Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), durante el año escolar 2023-2024, la cobertura de vacunación entre los niños de jardín de infantes en los Estados Unidos disminuyó para todas las vacunas informadas del año anterior. Las exenciones aumentaron en 40 estados y el Distrito de Columbia, y 14 estados informaron exenciones que superan el 5 %.

El papel de los medios de comunicación

En el acelerado panorama mediático actual, encontrar información precisa puede parecer imposible. Con el volumen de contenido que se produce y comparte constantemente, es fácil sentirse abrumado y confundido. Las plataformas de redes sociales, aunque son fantásticas para conectar a las personas y compartir ideas, pueden contribuir inadvertidamente a la difusión de información errónea. Dado que la información viaja rápida y ampliamente en estas plataformas, a veces puede ser difícil verificar la exactitud del contenido antes de que llegue a una gran audiencia. Esta facilidad para compartir, junto con los algoritmos que priorizan la interacción sobre la precisión, puede amplificar las historias engañosas. Los titulares sensacionalistas y las publicaciones virales suelen priorizar los clics sobre los hechos, lo que dificulta discernir qué es verdad. Es esencial educar y capacitar a los padres y cuidadores para que desarrollen un pensamiento crítico respecto de las fuentes, cotejen los hechos, busquen medios de confianza, discriminen la información y sepan identificar datos fiables.

Acerca de la guía

La guía para padres proporciona información básica sobre las vacunas para que los padres y cuidadores puedan tomar las mejores decisiones para su hijo. Además, incluye páginas adicionales de análisis detallados, disponibles en la guía del orientador, que pueden compartirse con los padres para abordar inquietudes específicas. Cada página del orientador incluye tres elementos:

Comprensión de la preocupación: Esta sección tiene como objetivo preparar al orientador con información de referencia. Utilícela para verificar o confirmar la comprensión con el cliente. Por ejemplo: "Lo que usted me dice es que le preocupa X porque...". Puede ser útil compartir esta sección con los padres/cuidadores a fin de reforzar el argumento a favor de la vacunación infantil.

Aspectos destacados: Esta sección contiene los puntos clave de la hoja informativa dirigida a los padres. Sirve como referencia rápida para que el orientador pueda resaltar fácilmente las ideas principales.

Puntos para tratar: Los puntos para tratar incluidos en cada página ofrecen una guía para presentar la información de una manera que valida la preocupación de los padres y orienta la conversación para abordar información precisa.

Cómo usar la guía

Primero, establezca una buena relación. Idealmente, estas conversaciones deberían tener lugar durante el embarazo. Establecer una base sólida de confianza y comunicación con los padres es esencial para abordar con éxito sus dudas sobre la vacunación.

La ofensiva es la mejor defensa. Muéstrese interesado en conocer el plan de vacunación de los padres y sus opiniones sobre el tema. No espere a hablar de las vacunas solo cuando tenga que refutar sus dudas.

Siga el diagrama de flujo/protocolo. El protocolo lo dirigirá a un tema específico. Una vez identificado el tema de interés, entregue la hoja informativa correspondiente y consulte la versión para el orientador a fin de contar con herramientas e información adicional.

Consideraciones adicionales

Es fundamental asegurarse de que los padres se sientan informados y capaces de tomar decisiones sobre la salud de su hijo. Establecer una relación de confianza con las familias fomenta un diálogo más abierto, que permite abordar dudas o preocupaciones sobre la vacunación.

Puntos clave para los orientadores:

1. **Interacción:** Inicie las conversaciones preguntándoles a los padres sobre el plan de salud de su hijo y cualquier pregunta que puedan tener relacionada con las vacunas. Esto fomenta un diálogo, en lugar de un discurso unilateral.
2. **Educación:** Utilice las hojas informativas para proporcionar información clara y concisa sobre la importancia de las vacunas, los posibles efectos secundarios, y beneficios tanto individuales como comunitarios.
3. **Empatía:** Reconozca y valide las preocupaciones y temores de los padres. Tranquilícelos compartiendo información basada en pruebas y experiencias personales que ayuden a desmitificar la vacunación.
4. **Empoderamiento:** Aliente a los padres a tomar decisiones fundamentadas ofreciéndoles recursos y remitiéndolos a información adicional si es necesario. Empodérelos destacando la función de las vacunas en la protección de su hijo y de otras personas.
5. **Asociación:** Trabaje en colaboración con los proveedores de atención médica para garantizar que el apoyo y los mensajes brindados a las familias sean coherentes. Si trabaja en conjunto con el sistema de atención médica, los orientadores contribuyen a reducir las brechas en la comprensión y crear una red de apoyo integrada.

Recuerde que el objetivo es fomentar un diálogo de apoyo que respete las perspectivas de los padres y, al mismo tiempo, proporcionarles las herramientas necesarias para tomar decisiones fundamentadas sobre la salud de sus hijos.

Una observación sobre la influencia externa:

Es posible que se encuentre con padres influenciados por familiares o amistades. Si otra persona desalienta la vacunación, haga lo siguiente:

- **Instruya a los padres con información.** Siga el protocolo adecuado según la preocupación que manifieste el entorno familiar sobre las vacunas.
- **Identifique un plan de acción.** ¿Los padres se sienten cómodos al compartir esta información? ¿Tienen la capacidad de establecer límites? ¿Cuál es el enfoque más práctico para ellos y su red de apoyo?
- **Recuérdelos que ellos son los padres y que es su elección.** Vacunar o no es una decisión importante, y su función como orientador es dar información y apoyo.

Protocolo para orientadores



¿Existen alternativas a las vacunas?

- La lactancia materna tiene muchos beneficios, como la inmunidad a corto plazo contra algunas enfermedades. Aun así, los expertos coinciden en que no protege a los bebés de las enfermedades que previenen las vacunas.
- Las vitaminas no protegen contra las bacterias y los virus que causan estas enfermedades graves.
- Los remedios quiroprácticos, la naturopatía y la homeopatía no funcionan para evitar enfermedades prevenibles con vacunas.

Si un bebé contrae ciertas enfermedades, puede desarrollar inmunidad "natural". Sin embargo, para adquirir esa inmunidad, debe atravesar la enfermedad, la cual puede ser grave y dejarlo con discapacidades a largo plazo, como daño cerebral, parálisis, sordera, ceguera, o incluso causarle la muerte. Si se consideran los riesgos asociados a estas enfermedades, la vacunación representa, sin duda, la mejor opción.



¿Existen alternativas a las vacunas?

Comprensión de la preocupación:

Algunas personas buscan remedios naturales, tratamientos homeopáticos o alternativas a las vacunas porque creen que ofrecen formas más seguras y naturales de prevenir enfermedades. Estas alternativas pueden incluir suplementos herbales, aceites esenciales, cambios en la dieta o prácticas quiroprácticas. Sin embargo, no hay pruebas científicas que demuestren que estos métodos puedan prevenir infecciones graves de manera confiable, como las que combaten las vacunas.

El uso de tratamientos alternativos en lugar de las vacunas puede dejar a los niños vulnerables a enfermedades, brotes y complicaciones prevenibles que, de otro modo, podrían evitarse con la vacunación.

Aspectos destacados:

Los remedios naturales (vitaminas, visitas quiroprácticas, homeopatía/naturopatía) no evitan las enfermedades prevenibles por vacunación.

La lactancia materna sin vacunas no brinda una protección completa.

Las vacunas, junto con la lactancia materna, la higiene adecuada y las prácticas de reducción de riesgos son las únicas formas de reducir su riesgo.

Puntos para tratar:

"La lactancia materna y las vitaminas son excelentes opciones saludables para su hijo. Si se combinan con las vacunas, su hijo tendrá una gran protección contra enfermedades prevenibles".

¿Existen alternativas a las vacunas?

- La lactancia materna tiene muchos beneficios, como la inmunidad a corto plazo contra algunas enfermedades. Aun así, los expertos coinciden en que no protege a los bebés de las enfermedades que previenen las vacunas.
- Las vitaminas no protegen contra las bacterias y los virus que causan estas enfermedades graves.
- Los remedios quiroprácticos, la naturopatía y la homeopatía no funcionan para evitar enfermedades prevenibles con vacunas.

Si un bebé contrae ciertas enfermedades, puede desarrollar inmunidad "natural". Sin embargo, para adquirir esa inmunidad, debe atravesar la enfermedad, la cual puede ser grave y dejarlo con discapacidades a largo plazo, como daño cerebral, parálisis, sordera, ceguera, o incluso causarle la muerte. Si se consideran los riesgos asociados a estas enfermedades, la vacunación representa, sin duda, la mejor opción.



¿Puedo enfermarme a causa de una vacuna?

Algunas vacunas contienen virus o bacterias debilitados.

- Los virus o bacterias atenuados que se utilizan en estas vacunas no causan la enfermedad que buscan prevenir.
- Su función es entrenar al sistema inmunitario para que pueda proteger al organismo en caso de futuras infecciones.
- Al identificarlos como agentes extraños, el cuerpo crea anticuerpos, lo que genera inmunidad frente al virus o la bacteria reales en caso de exposición futura.
- Después de recibir una vacuna con virus vivos, pueden presentarse síntomas leves, pero casi nunca son dañinos, a menos que la persona vacunada tenga un sistema inmunitario debilitado. Su proveedor de atención médica le realizará un examen para determinar qué vacuna es la mejor para usted y sus hijos.



¿Puedo enfermarme a causa de una vacuna?

Comprensión de la preocupación:

Algunas personas piensan que las vacunas las enferman porque pueden experimentar efectos secundarios leves, como dolor en el brazo o fiebre baja, que pueden confundirse con una enfermedad. En realidad, estas son señales de que el cuerpo está generando protección. La información errónea y los malentendidos sobre cómo funcionan las vacunas también pueden contribuir a esta creencia. Es importante recordar que las vacunas se prueban exhaustivamente para determinar su seguridad y están diseñadas para protegernos de enfermedades graves. Si algo le preocupa, hable con un profesional de atención médica, quien puede aclarar sus dudas y tranquilizarlo.

Aspectos destacados:

Algunas vacunas contienen virus o bacterias debilitados que entrenan al sistema inmunitario para protegerlo de futuras infecciones.

Después de recibir una vacuna, pueden presentarse síntomas leves, pero suelen ser mínimos y casi nunca son dañinos.

Su proveedor de atención médica puede ayudar a determinar qué tipo de vacuna deben recibir usted o su hijo.

Puntos para tratar:

“Puede preguntarle a su proveedor sobre las opciones de tipos de vacunas, ya que es la persona más adecuada para ayudarlo a definir la que sea correcta para su hijo”.

“Algunas vacunas contienen una versión debilitada del virus o de la bacteria, pero no causan la enfermedad en sí”.

“Los síntomas leves después de recibir una vacuna son una respuesta inmunitaria normal y suelen ser mínimos”.

¿Puedo enfermarme a causa de una vacuna?

Algunas vacunas contienen virus o bacterias debilitados.

- Los virus o bacterias debilitados que forman parte de estas vacunas no causan las enfermedades que buscan prevenir.
- Su función es entrenar al sistema inmunitario para que pueda proteger al organismo en caso de futuras infecciones.
- Al identificarlos como agentes extraños, el cuerpo crea anticuerpos, lo que genera inmunidad frente al virus o la bacteria reales en caso de exposición futura.
- Después de recibir una vacuna con virus vivos, pueden presentarse síntomas leves, pero casi nunca son dañinos, a menos que la persona vacunada tenga un sistema inmunitario debilitado.

Su proveedor de atención médica le realizará un examen para determinar qué vacuna es la mejor para usted y sus hijos.



El aluminio y las vacunas: tres cosas que debe saber

ALUMINIO Y VACUNAS: 3 COSAS QUE DEBE SABER

- 1 El aluminio está en todas partes.**
Plantas, Suelo, Agua, Aire.
¡Siempre ha estado ahí! El aluminio es un elemento natural que se encuentra en la naturaleza y en los alimentos. El aluminio se ha usado de forma segura en las vacunas desde la década de 1940.
Las vacunas contienen aluminio para ayudar al cuerpo a responder a la vacuna y a protegerse contra enfermedades futuras.
El aluminio se ha usado de forma segura en las vacunas desde la década de 1940.
- 2 Una vez en el torrente sanguíneo, el aluminio se procesa de la misma manera ya sea que se lo inyecten como parte de las vacunas o lo ingiera en los alimentos.**
¿Recuerda la fábula de la liebre y la tortuga?
Cuando se trata de la exposición al aluminio, los datos muestran que la tortuga gana la carrera. La tortuga representa a las vacunas y la liebre a los alimentos. Las vacunas contienen muy poca cantidad de aluminio, mientras que los alimentos contienen mucha más. El aluminio se procesa de la misma manera ya sea que se lo inyecten como parte de las vacunas o lo ingiera en los alimentos.
Exposición promedio al aluminio (microgramos) en los primeros 6 meses de vida.
Gráfico de barras que muestra la exposición promedio al aluminio en los primeros 6 meses de vida. El eje Y representa la exposición en microgramos (mcg) y el eje X representa la fuente de exposición. Las barras muestran que la exposición promedio al aluminio en los primeros 6 meses de vida es de aproximadamente 100 mcg, lo que es mucho menor que la exposición promedio al aluminio en los alimentos, que es de aproximadamente 10,000 mcg.
- 3 Sabemos cuáles son los casos en los que el aluminio representa un problema para la salud.**
Debemos estar atentos a dos condiciones para que el aluminio afecte la salud de una persona:
1. Una persona con insuficiencia renal.
2. Una persona que consume grandes cantidades de aluminio durante meses o años.
El aluminio puede representar un problema para la salud en personas con insuficiencia renal o que consumen grandes cantidades de aluminio durante meses o años. Retrasar las vacunas para limitar la exposición al aluminio no aumenta la seguridad de las vacunas, pero sí deja a un niño vulnerable a patógenos potencialmente peligrosos por un período más largo de lo necesario.

CH Children's Hospital of Philadelphia Vaccine Education Center
Para obtener más información: vaccine.chop.edu

Para obtener más información sobre otros ingredientes, visite: <https://www.immunize.org/wp-content/uploads/catg.d/p2073.pdf>

Comprensión de la preocupación:

A algunas personas les preocupa que la exposición al aluminio, en particular a través de utensilios de cocina, empaques de alimentos y artículos de cuidado personal como antitranspirantes, pueda relacionarse con problemas de salud. No obstante, es importante destacar que, en las cantidades habituales presentes en la vida cotidiana, el aluminio se considera seguro. En estudios científicos, no se ha establecido de manera concluyente que la exposición al aluminio implique riesgos significativos para la salud.

Aspectos destacados:

El aluminio puede provenir de muchas fuentes, incluidos los alimentos o el medio ambiente.

Su cuerpo procesa el aluminio de la misma manera, sin importar la forma en que ingrese al cuerpo.

El aluminio conlleva un riesgo solo en personas con función renal disminuida o si se consumen grandes cantidades de aluminio durante meses o años.

Puntos para tratar:

“Entiendo su preocupación por la presencia de aluminio en las vacunas. Me complace informarle que, en realidad, es común que el aluminio se encuentre en la naturaleza y es seguro en la mayoría de los casos”.

“El aluminio es abundante en la tierra. Está presente en el agua y en los alimentos. La cantidad de aluminio contenida en las vacunas es muy pequeña, especialmente si la comparamos con la cantidad que todos ingerimos diariamente”.

El aluminio puede generar problemas si se cumplen dos condiciones: la persona tiene una función renal comprometida y está expuesta a cantidades elevadas de aluminio de forma constante durante meses o años”.

ALUMINIO Y VACUNAS: 3 COSAS QUE DEBE SABER

1

El aluminio está en todas partes.

Plantas. Suelo. Agua. Aire.



También hay contenido de aluminio en las vacunas, donde es un **adyuvante**.

Los adyuvantes permiten lo siguiente:

1. Menores cantidades del antígeno (la parte de la vacuna a la que responde el sistema inmunitario)
2. Menos dosis

El aluminio se ha usado de forma segura en las vacunas desde la década de 1940.

2

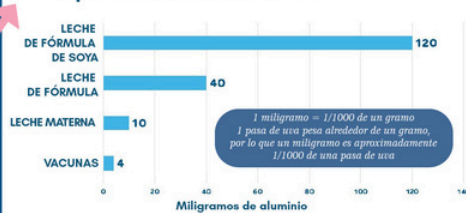
Una vez en el torrente sanguíneo, el aluminio se procesa de la misma manera ya sea que se lo **inyecten** como parte de las vacunas o lo **ingiera** en los alimentos.

¿Recuerda la fábula de la liebre y la tortuga?



Cuando se trata de la exposición al aluminio, los alimentos son como la tortuga y las vacunas son como la liebre. La exposición más lenta y regular (diaria) a cantidades menores provenientes de los alimentos supera la exposición más rápida y menos frecuente a cantidades mayores provenientes de las vacunas.

Exposición promedio al aluminio (miligramos) en los primeros 6 meses de vida



3

Sabemos cuáles son los casos en los que el aluminio representa un problema para la salud.

Deben existir **dos condiciones** para que el aluminio afecte la salud de una persona:

1. Sus riñones no funcionan bien o no funcionan en absoluto.
2. Tiene exposición a grandes cantidades de aluminio (por ejemplo, cantidades en antiácidos o líquidos intravenosos) durante meses o años.



Cuando se estudiaron, los niveles de aluminio en sangre no aumentaron después de recibir vacunas.

Retrasar las vacunas para limitar la exposición al aluminio no aumenta la seguridad de las vacunas, pero sí deja a un niño vulnerable a patógenos potencialmente peligrosos por un periodo más largo de lo necesario.



Children's Hospital
of Philadelphia
Vaccine Education Center

Para obtener
más información:



vaccine.chop.edu



Para obtener más información sobre otros ingredientes, visite: <https://www.immunize.org/wp-content/uploads/catg.d/p2073.pdf>

Efectos secundarios

¿Qué efectos secundarios tendrá mi hijo después de vacunarse?

¿Son graves?

Puede haber efectos secundarios leves, como hinchazón, enrojecimiento y sensibilidad en el lugar donde se aplicó la vacuna, pero no duran mucho. También es posible que su hijo tenga un poco de fiebre o esté irritable por un corto periodo. Los efectos secundarios graves son poco frecuentes. Sin embargo, llame de inmediato al médico de su hijo si tiene alguna preocupación después de vacunarlo.



Efectos secundarios

Comprensión de la preocupación:

Algunas personas creen que las vacunas causan efectos secundarios graves a largo plazo. Sin embargo, el riesgo de padecer efectos secundarios graves a largo plazo es mucho mayor debido a enfermedades prevenibles mediante la vacunación.

Los efectos secundarios leves son comunes y, por lo general, no hay de qué preocuparse.

Aspectos destacados:

Las reacciones normales a una vacunación son efectos secundarios leves, como hinchazón, enrojecimiento y sensibilidad en el lugar donde se aplicó la vacuna. Esta es la respuesta inmunitaria natural del cuerpo.

Las reacciones adversas graves son poco frecuentes.

Su médico puede darle instrucciones para el período posterior a la vacunación, y usted siempre debe contactarlo si tiene preguntas.

Puntos para tratar:

"Puede ver los dos recursos que se muestran en esta página si escanea el código QR.

En el segundo enlace, encontrará una comparación de la enfermedad en sí con los posibles efectos secundarios de la vacuna. Esta es una excelente manera de sopesar sus opciones".

Efectos secundarios

¿Qué efectos secundarios tendrá mi hijo después de vacunarse?

¿Son graves?

Puede haber efectos secundarios leves, como hinchazón, enrojecimiento y sensibilidad en el lugar donde se aplicó la vacuna, pero no duran mucho. También es posible que su hijo tenga un poco de fiebre o esté irritable por un corto período. Los efectos secundarios graves son poco frecuentes. Sin embargo, llame de inmediato al médico de su hijo si tiene alguna preocupación después de vacunarlos.



Vaccine Adverse Events: Separating Myth from Reality

Vaccines are one of the most successful medical advances in modern times. Most vaccine-...

 American Academy of Family Physicians / Jun 15...



Comparisons of the effects of diseases and the side effects of vaccines

Immunisation providers are encouraged to use this tool to help parents make an informed decision...

 wa.gov.au



El mito del autismo

Entonces, ¿cómo surgió la idea de que las vacunas influyen? Buena parte de la responsabilidad se atribuye a un estudio publicado en 1998 en el cual se sugería que la vacuna triple vírica (contra el sarampión, las paperas y la rubéola), o la infección con el virus natural del sarampión mismo, podría causar autismo. Desde que se publicó ese estudio, muchos otros estudios científicos han demostrado que no hay relación entre las vacunas, ni cualquiera de sus ingredientes, y el autismo.

Además, se descubrió que la investigación utilizada en ese estudio de 1998 era falsa, el médico que la escribió perdió su licencia médica y la revista de medicina que la publicó se retractó del artículo (esto significa que se considera que nunca debería haberse publicado).



- 01 La incidencia de autismo es igual en niños vacunados y no vacunados.
- 02 Los estudios diseñados adecuadamente en los que participaron más de 1.2 millones de niños no establecieron vínculos entre las vacunas y el autismo o el trastorno del espectro autista.
- 03 Innumerables estudios rigurosamente controlados demuestran que las vacunas no provocan autismo.

***Los científicos están de acuerdo:
las vacunas no causan autismo.***

El mito del autismo

Comprensión de la preocupación:

El mito de que las vacunas causan autismo surgió de un único estudio publicado en 1998 en el cual se sugería que la vacuna triple vírica y el aumento de los diagnósticos de autismo estaban vinculados. Más tarde se reveló que el médico responsable de ese estudio estaba tratando de patentar su propia vacuna contra el sarampión. Desde entonces, se ha desacreditado el estudio y, en varios trabajos de investigación, se ha concluido que las vacunas no causan autismo.

Aspectos destacados:

El mito de que las vacunas causan autismo ha sido desacreditado por múltiples estudios.

Los responsables del estudio que sugería que las vacunas causan autismo se han retractado, y se ha demostrado que esa afirmación es falsa.

Puntos para tratar:

“Es común que preocupe que las vacunas causen autismo. Afortunadamente, los responsables del estudio que inició este mito se han retractado y, en varios estudios más, se ha demostrado que no hay ninguna relación entre las vacunas y el autismo”.

Una observación sobre el timerosal

¿Qué es el timerosal? El timerosal es un antibacteriano y antifúngico utilizado desde la década de 1930 con bajo contenido de etilmercurio que se usa para prevenir el crecimiento de gérmenes en vacunas de dosis múltiples. Algunas personas creen que el timerosal contiene el tipo de mercurio que se puede encontrar en el pescado y puede ser tóxico en niveles altos. El cuerpo humano descompone y elimina más rápidamente el etilmercurio que contiene el timerosal, por lo que representa un riesgo mucho menor.

¿El timerosal causa autismo? No. En investigaciones, no se muestra ninguna relación entre el timerosal y el autismo.

¿Se sigue usando timerosal en las vacunas para niños? No. No se ha utilizado timerosal en vacunas para niños desde 2001. Sin embargo, el timerosal aún se usa en algunas vacunas contra la gripe. La vacuna contra la gripe se recomienda para todos los niños.

Si le preocupa el timerosal, pida la vacuna contra la gripe que no contiene timerosal.

El mito del autismo

Entonces, ¿cómo surgió la idea de que las vacunas influyen? Buena parte de la responsabilidad se atribuye a un estudio publicado en 1998 en el cual se sugería que la vacuna triple vírica (contra el sarampión, las paperas y la rubéola), o la infección con el virus natural del sarampión mismo, podría causar autismo. Desde que se publicó ese estudio, muchos otros estudios científicos han demostrado que no hay relación entre las vacunas, ni cualquiera de sus ingredientes, y el autismo.

Además, se descubrió que la investigación utilizada en ese estudio de 1998 era falsa, el médico que la escribió perdió su licencia médica y la revista de medicina que la publicó se retractó del artículo (esto significa que se considera que nunca debería haberse publicado).



01

La incidencia de autismo es igual en niños vacunados y no vacunados.

02

Los estudios diseñados adecuadamente en los que participaron más de 1,2 millones de niños no establecieron vínculos entre las vacunas y el autismo o el trastorno del espectro autista.

03

Innumerables estudios rigurosamente controlados demuestran que las vacunas no provocan autismo.

***Los científicos están de acuerdo:
las vacunas no causan autismo.***

Seguridad de las vacunas

Las vacunas son seguras. Lo sabemos porque los científicos recopilan información constantemente para garantizar la seguridad de las vacunas.

- Todas las vacunas que se aplican en los Estados Unidos pasan por muchos niveles de pruebas para estar autorizadas.
- Mientras una vacuna esté en uso, su seguridad se sigue controlando.
- La mayoría de los efectos secundarios de las vacunas son menores, como molestia en el lugar de aplicación o fiebre baja. Estos efectos secundarios desaparecen rápidamente y son fáciles de tratar.
- Las reacciones graves son muy poco frecuentes. El mínimo riesgo de padecer una reacción grave por una vacuna se debe sopesar con el riesgo verdaderamente real de contraer una enfermedad peligrosa prevenible con una vacuna.



Vaccine Safety: Examine the Evidence
Vaccines for kids are studied closely before the American Academy of Pediatrics recommends them.
HealthyChildren.org | Jul 24, 2018

Algunos pediatras responden a las preguntas más frecuentes que hacen los padres sobre las vacunas American Academy of Pediatrics (Academia Estadounidense de Pediatría)



Seguridad de las vacunas

Comprensión de la preocupación:

A algunas personas les preocupa la seguridad de las vacunas, debido a la información errónea, la falta de comprensión o el miedo a los efectos secundarios. La información errónea puede propagarse rápidamente a través de las redes sociales y el boca en boca, lo cual crea confusión y dudas. Además, la complejidad de los datos científicos puede dificultar que las personas interpreten la información con exactitud.

Es importante recurrir a fuentes confiables, como los profesionales de atención médica, para que le brinden información clara y precisa. Las vacunas se someten a pruebas y controles rigurosos para garantizar su seguridad y eficacia.

Aspectos destacados:

Las vacunas se prueban rigurosamente antes de autorizar su uso.

La mayoría de los efectos secundarios son menores, a corto plazo y fáciles de tratar.

Las reacciones graves son muy poco frecuentes.

Puntos para tratar:

"Es comprensible sentir preocupación por la seguridad de las vacunas para su hijo. Puede tener la certeza de que todas las vacunas se prueban exhaustivamente para garantizar su seguridad antes de que estén disponibles para el público".

"Los efectos secundarios comunes a veces pueden hacernos sentir como si la vacuna causara una enfermedad o lesión. Muchos efectos secundarios son menores y fáciles de tratar".

"Recuerde que siempre está bien hacer preguntas y buscar información para tomar decisiones fundamentadas sobre su salud".

Seguridad de las vacunas

Las vacunas son seguras. Lo sabemos porque los científicos recopilan información constantemente para garantizar la seguridad de las vacunas.

- Todas las vacunas que se aplican en los Estados Unidos pasan por muchos niveles de pruebas para estar autorizadas.
- Mientras una vacuna esté en uso, su seguridad se sigue controlando.
- La mayoría de los efectos secundarios de las vacunas son menores, como molestia en el lugar de aplicación o fiebre baja. Estos efectos secundarios desaparecen rápidamente y son fáciles de tratar.
- Las reacciones graves son muy poco frecuentes. El mínimo riesgo de padecer una reacción grave por una vacuna se debe sopesar con el riesgo verdaderamente real de contraer una enfermedad peligrosa prevenible con una vacuna.



Vaccine Safety: Examine the Evidence

Vaccines for kids are studied closely before the American Academy of Pediatrics recommends the...

 HealthyChildren.org / Jul 24, 2018

Algunos pediatras responden a las preguntas más frecuentes que hacen los padres sobre las vacunas American Academy of Pediatrics (Academia Estadounidense de Pediatría)

Questions about your kids' vaccines?
Pediatricians have answers.



Las vacunas y el SIDS

¿Las vacunas causan el síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS)?
No. El SIDS es la muerte inesperada de un bebé menor de un año que no se logra explicar ni siquiera después de una investigación. En 2018, alrededor de 1300 muertes en los Estados Unidos se vincularon con el SIDS. Estudios científicos realizados durante varias décadas han demostrado que las vacunas no influyen en el SIDS.

Estados Unidos administra más vacunas que cualquier otro país. ¿No podría estar sobrecargando el sistema inmunitario de los bebés?
El número de vacunas administradas a los bebés estadounidenses ha aumentado desde 1990 y, sin embargo, la tasa del SIDS ha disminuido drásticamente desde entonces. La tasa del SIDS se redujo en la década de 1990, en especial después de 1994, cuando los médicos comenzaron a recalcarles a los padres que los bebés debían dormir boca arriba, no de costado o boca abajo. Si las vacunas influyeran en el SIDS, el número de muertes habría aumentado durante ese tiempo.

Muchas muertes por el SIDS se han relacionado con infecciones e inflamación en los bebés. ¿Las vacunas no podrían causar esos problemas?
El SIDS afecta tanto a los niños vacunados como a los no vacunados. Si las vacunas estuvieran vinculadas al SIDS, los niños no vacunados deberían estar más seguros. Sin embargo, en estudios científicos se ha demostrado que el riesgo del SIDS, en realidad, disminuye después de la vacunación.



Las vacunas y el SIDS

Comprensión de la preocupación:

Algunas personas creen que las vacunas causan el SIDS debido a la proximidad temporal entre su administración y el momento en que suele ocurrir el SIDS. Los bebés reciben varias vacunas entre los dos y los cuatro meses de vida, lo que coincide con el intervalo de edad en el que es más probable que ocurra el SIDS. Esta superposición puede llevar a suponer una relación directa. Sin embargo, numerosas investigaciones y estudios han demostrado que las vacunas no causan el SIDS. De hecho, las vacunas ayudan a proteger a los bebés de varias enfermedades peligrosas.

Aspectos destacados:

El síndrome de muerte súbita del lactante (Sudden Infant Death Syndrome, SIDS) es la muerte inesperada de un bebé menor de un año que no se logra explicar ni siquiera después de una investigación.

El SIDS no es consecuencia de las vacunas.

En estudios científicos se ha demostrado que el riesgo del SIDS, en realidad, disminuye después de la vacunación.

Puntos para tratar:

“El SIDS puede ser aterrador, en especial, porque no sabemos su causa con exactitud. Afortunadamente, el riesgo del SIDS es, en realidad, menor después de la vacunación”.

Las vacunas y el SIDS

¿Las vacunas causan el síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS)?

No. El SIDS es la muerte inesperada de un bebé menor de un año que no se logra explicar ni siquiera después de una investigación. En 2018, alrededor de 1300 muertes en los Estados Unidos se vincularon con el SIDS. Estudios científicos realizados durante varias décadas han demostrado que las vacunas no influyen en el SIDS.

Estados Unidos administra más vacunas que cualquier otro país.

¿No podría estar sobrecargando el sistema inmunitario de los bebés?

El número de vacunas administradas a los bebés estadounidenses ha aumentado desde 1990 y, sin embargo, la tasa del SIDS ha disminuido drásticamente desde entonces. La tasa del SIDS se redujo en la década de 1990, en especial después de 1994, cuando los médicos comenzaron a recalcarles a los padres que los bebés debían dormir boca arriba, no de costado o boca abajo. Si las vacunas influyeran en el SIDS, el número de muertes habría aumentado durante ese tiempo.

Muchas muertes por el SIDS se han relacionado con infecciones e inflamación en los bebés. ¿Las vacunas no podrían causar esos problemas?

El SIDS afecta tanto a los niños vacunados como a los no vacunados. Si las vacunas estuvieran vinculadas al SIDS, los niños no vacunados deberían estar más seguros. Sin embargo, en estudios científicos se ha demostrado que el riesgo del SIDS, en realidad, disminuye después de la vacunación.



Por qué proteger a su hijo vacunándolo: cinco motivos

1. **Proteja a sus hijos.** Los padres quieren hacer todo lo posible para asegurarse de que sus hijos estén sanos y protegidos de las enfermedades. La vacunación puede prevenir enfermedades que siguen siendo una amenaza, como el sarampión, la tos ferina, etc. Estas enfermedades pueden provocar neumonía, pérdida de la audición, necesidad de atención hospitalaria, convulsiones, pérdida de un brazo o una pierna, daño cerebral y la muerte.
2. **Proteja a otras personas.** Si los niños no se vacunan, pueden contagiar la enfermedad a otras personas. Esta enfermedad podría transmitirse a otro niño que sea demasiado pequeño para estar vacunado o a una persona con el sistema inmunitario debilitado. Nadie quiere dañar a largo plazo o causarles la muerte a estas personas vulnerables.
3. **Las vacunas son seguras y eficaces.** La vacunación es segura y funciona. Los científicos y los médicos hacen revisiones extensas y cuidadosas de cada vacuna para garantizar su seguridad. Los líderes de confianza de la American Academy of Pediatrics (Academia Estadounidense de Pediatría) apoyan firmemente la protección de los niños con las vacunas recomendadas. Ellos hacen vacunar a sus propios hijos.
4. **Prevenga brotes.** Los brotes de enfermedades que podrían prevenirse con la vacunación ocurren cuando muchos padres deciden no vacunar a sus hijos. Si su hijo no está vacunado y está expuesto a una enfermedad infecciosa, podrían excluirlo de la escuela y es posible que pierda clases.
5. **Las enfermedades que se previenen con vacunas son costosas.** Las enfermedades afectan directamente a las personas y las familias, y también tienen un alto precio para la sociedad en su conjunto, ya que superan los 10 000 millones de dólares al año. En promedio, una gripe puede durar hasta dos semanas, generalmente con cinco o seis días de ausencia en el trabajo o la escuela. Y los adultos que contraen hepatitis A pierden un mes de trabajo, en promedio.



Por qué proteger a su hijo vacunándolo: cinco motivos

Comprensión de la preocupación:

Las personas pueden dudar sobre vacunar a sus hijos debido a distintos motivos, cada uno de los cuales merece comprensión y compasión. A algunos padres les preocupa la seguridad de las vacunas y los posibles efectos secundarios, lo cual suele estar influenciado por información errónea o contradictoria que encuentran en línea o en sus comunidades. Otros pueden cuestionar la necesidad de ciertas vacunas si consideran que las enfermedades que previenen son infrecuentes o no son graves. Las creencias culturales y las experiencias personales también pueden influir, así como el deseo de obtener más información para sentirse seguros de su decisión. Es importante abordar estas preocupaciones con empatía y proporcionar información clara y basada en pruebas para ayudar a los padres a tomar decisiones fundamentadas que protejan la salud de sus hijos.

Aspectos destacados:

Las vacunas son la mejor manera de proteger a su hijo de enfermedades prevenibles.

Las vacunas no solo protegen a su hijo, sino también a otras personas que no pueden vacunarse debido a la edad o a que tienen el sistema inmunitario debilitado.

Las enfermedades que pueden prevenirse con vacunas pueden hacer que su hijo falte a la escuela y usted, al trabajo, y podrían costarle aún más en atención médica.

Puntos para tratar:

“Entiendo que tenga algunas preocupaciones sobre la vacunación de su hijo. Le recomiendo que considere todos los resultados posibles mientras toma su decisión”.

“Es difícil tomar esta decisión sobre su hijo, y le agradezco su apertura a recibir información adicional. Aquí le presento algunos motivos que podría tener en cuenta al decidir sobre la vacunación”.

Por qué proteger a su hijo vacunándolo: cinco motivos

1

Mantenga a sus hijos seguros. Las vacunas pueden ayudar a prevenir que algunas enfermedades graves causen problemas mayores, como perder una extremidad, necesitar atención hospitalaria, contraer neumonía, perder la audición, tener convulsiones o incluso morir.

2

Proteja a otras personas. Los niños no vacunados pueden contagiar enfermedades a otras personas, como bebés o personas con el sistema inmunitario debilitado. Nadie quiere hacer sufrir a los demás cuando se puede prevenir.

3

Prevenga brotes. Los brotes de enfermedades ocurren cuando muchos padres no vacunan a sus hijos. Si su hijo no está vacunado y está expuesto a una enfermedad infecciosa, es posible que deba quedarse en casa y no ir a la guardería o la escuela, y aislarse para evitar una mayor propagación.

4

Las vacunas son seguras y funcionan bien. Los médicos, científicos y líderes de la American Academy of Pediatrics (Academia Estadounidense de Pediatría) creen en la seguridad y la importancia de las vacunas. Ellos hacen vacunar a sus propios hijos.

5

Las enfermedades que se previenen con vacunas son costosas. Las enfermedades nos afectan a todos y le cuestan a la sociedad más de 10 000 millones de dólares cada año. Vacunarse puede aminorar la carga financiera debido a que permite disminuir la cantidad de días de trabajo o escuela perdidos, bajar los costos de las facturas médicas al evitar hospitalizaciones si los síntomas de una enfermedad son leves, y prevenir los impactos a largo plazo que pueden significar una vida de tratamiento.



Consider the Source



Aspectos destacados:

Las redes sociales se centran en las vistas, no en la precisión. Las plataformas de redes sociales están creadas para la conexión y la conversación.

Las plataformas de redes sociales no son medios de noticias oficiales: cualquiera puede publicar cualquier información sin consecuencias.

Elegir fuentes confiables como las que se mencionan en las páginas bajo el título “Considere la fuente” garantiza que pueda disfrutar de los canales de redes sociales mientras obtiene información basada en pruebas y toma decisiones fundamentadas sobre la salud de su hijo.

Puntos para tratar:

“Entiendo que las redes sociales son un medio importante para obtener noticias y actualizaciones. Es difícil diferenciar la información cierta de la errónea. Pruebe algunos de los canales/libros/sitios web recomendados en este material y verifique si eso le ayuda a aclarar algunas de sus preocupaciones sobre las vacunas”.

Considere la fuente



@doctormike

@dr.noc

@vickichanmd

@beachgem10



@thepediatricianmom

@pedsdoctalk

@askbubbie



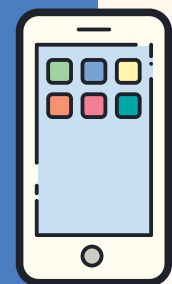
- American Academy of Pediatrics (Academia Estadounidense de Pediatría, AAP): www.healthychildren.org
- Sitios web de Immunize.org: www.vaccineinformation.org
- Vaccinate Your Family: www.vaccinateyourfamily.org
- Centro de Información sobre Vacunas (Vaccine Education Center, VEC), Children's Hospital of Philadelphia: www.chop.edu/centers-programs/vaccine-education-center
- Vaxopedia: www.vaxopedia.org/about/
- Voices for Vaccines: www.voicesforvaccines.org
- Visite www.vaccines.gov para encontrar vacunas contra la gripe y la COVID-19 cerca de su ubicación.



- Baby 411: Your Baby, Birth to Age 1, de Denise Fields y la Dra. Ari Brown, Windsor Peak Press, 10.ª edición, 2022. Visite: baby411.com/
- Immunization Information: The Benefits and the Risks, del Dr. Martin Myers, Houndstooth Press, 2021
- Vaccines and Your Child, Separating Fact from Fiction, del Dr. Paul Offit y Charlotte Moser, 2011. Consulte fragmentos en <https://media.chop.edu/data/files/pdfs/vaccine-educationcenter-vaccine-safety-eng.pdf>



- Vaccines on the Go: What You Should Know: Esta aplicación proporciona información confiable sobre la ciencia, la seguridad y la importancia de las vacunas, además de las enfermedades que previenen. La aplicación tiene vínculos a videos y recursos, y ofrece la oportunidad de enviar preguntas relacionadas con las vacunas por correo electrónico directamente a los expertos del Centro de Información sobre Vacunas (Vaccine Education Center, VEC). Creada por el VEC y disponible para dispositivos Android y Apple.
- Aplicación Voices for Vaccines: Una aplicación gratuita, creada por The Task Force for Global Health, que ayuda a desacreditar la información errónea, orientar conversaciones sobre vacunas e inspirar la defensa. Disponible para dispositivos Android y Apple.



- Colecciones de videos de la videoteca de Immunize.org: <https://vaccineinformation.org/videos> Colección de videos de Shot by Shot: www.shotbyshot.org
- Centro de Información sobre Vacunas (VEC): www.chop.edu/centers-programs/vaccine-educationcenter/resources/vaccine-videos-and-dvds
- American Academy of Pediatrics, The Complete Guide to Childhood Vaccines (La guía completa sobre vacunas infantiles): https://www.youtube.com/playlist?list=PLKYV5259WcZ1kSwkjdrJk8rZuF_kajPtb



Cómo enfrentar el miedo

Antes de la visita

- Regístrese previamente para su cita, si es posible, para acortar su tiempo de espera.
- Sepa qué esperar. Cuando programe la visita, pregunte si se van a administrar vacunas.
- No calme a su hijo con falsedades. Por ejemplo, no prometa "solo una hoy" en caso de que se entere más tarde de que necesita más de una.
- Considere las estrategias de manejo del dolor recomendadas por el pediatra.

Durante la visita

- Haga preguntas sobre el proceso para que usted y su hijo se sientan preparados.
- Infórmele a la persona que aplica las vacunas si su hijo está ansioso y lo que podría ayudarlo.
- Distráigalo. Juegue con un juguete, cante, haga burbujas o hable sobre otra cosa para distraerlo durante la vacunación.
- Ayude a que su hijo se relaje. Quieto para que respire lenta y profundamente antes, durante y después de la vacunación.



Taking Fear and Pain Out of Needles—for Your Child and You
Help your child avoid pain from a vaccine. Use these tips to plan a positive experience even if your child...
HealthyChildren.org, Nov. 2, 2009



Resources for Kids (3-11)
This age is all about growing independence and learning new things! Developing skills for how to manage their body and their experience has big...
May Foundation

Cómo enfrentar el miedo

Comprensión de la preocupación:

Tratar el miedo de un niño a las vacunas antes de su cita es esencial por varias razones. Ayuda a aliviar la ansiedad y el estrés, lo cual permite manejar mejor la experiencia y que sea menos traumática para el niño. Abordar estos miedos desde el principio puede ayudar a crear una actitud positiva hacia la atención médica y alentar a los niños a ser más cooperativos y abiertos a futuros procedimientos médicos. Educarlos sobre la importancia de las vacunas de una manera sencilla y apropiada para su edad también puede empoderar a los niños, ayudándolos a comprender el papel que desempeñan las vacunas en la protección de su salud y la de su comunidad. En general, aliviar el miedo puede redundar en un proceso de vacunación más fluido y contribuir a que el niño tenga un comportamiento positivo a largo plazo en relación con la salud.

Aspectos destacados:

La honestidad es importante: cuénteles a su hijo exactamente qué puede esperar para que no se sorprenda cuando llegue a la cita.

Trate de prepararse antes de la cita de vacunación de su hijo para saber qué puede esperar.

Ayude a su hijo a elaborar un plan para enfrentar el miedo con anticipación y ponga en práctica el plan con él en la visita: esté de su lado para ayudar a mantener la calma.

Puntos para tratar:

"Las vacunas pueden ser aterradoras para los niños, y eso es normal. Los acompañamos para que la cita sea lo más tranquila y fácil posible para ellos. Le daré algunos consejos para preparar a su hijo antes de la visita y superarla en equipo".

"Recuerde que el miedo surge de no saber qué esperar. Demuestre honestidad, prepárese para la visita y deje que su hijo colabore en la elaboración de un plan para enfrentar sus miedos".

"Hable con el pediatra sobre el proceso de la visita, pregunte si vacunará a su hijo al comienzo o al final de la visita y trabajen juntos para preparar a su hijo".

Nota: Estos padres también podrían beneficiarse del material sobre el manejo del dolor.

Cómo enfrentar el miedo

Antes de la visita

- Regístrese previamente para su cita, si es posible, para acortar su tiempo de espera.
- Sepa qué esperar. Cuando programe la visita, pregunte si se van a administrar vacunas.
- No calme a su hijo con falsedades. Por ejemplo, no prometa "solo una hoy" en caso de que se entere más tarde de que necesita más de una.
- Considere las estrategias de manejo del dolor recomendadas por el pediatra.

Durante la visita

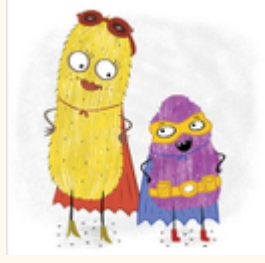
- Haga preguntas sobre el proceso para que usted y su hijo se sientan preparados.
- Infórmele a la persona que aplica las vacunas si su hijo está ansioso y lo que podría ayudarlo.
- Distráigalo. Juegue con un juguete, cante, haga burbujas o hable sobre otra cosa para distraerlo durante la vacunación.
- Ayude a que su hijo se relaje. Guíelo para que respire lenta y profundamente antes, durante y después de la vacunación.



Taking Fear and Pain Out of Needles—for Your Child and You

Help your child avoid pain from a vaccine. Use these tips to plan a positive experience even if your chil...

 HealthyChildren.org / Nov 2, 2009



Resources for Kids (3-11)

This age is all about growing independence and learning new things! Developing skills for how to manage their body and their experience has big...

 Meg Foundation

Manejo del dolor

Manejo del dolor



Meet SuperMig, Our New Interactive Character That Helps Kids Manage the...
The SuperMig character was developed as the expert in pediatric pain management, drawn by...
Meg Foundation

Aerosol frío

La persona que administra la vacuna puede aplicar un aerosol frío justo antes de la inyección.

Dispositivo vibratorio

Se puede sostener un dispositivo vibratorio con una bolsa de hielo opcional (como Buzzy de Pain Care Labs) contra el hombro o el muslo por encima del lugar donde se administrará la inyección.

ShotBlocker

Antes de la inyección, se puede colocar un dispositivo de plástico con puntas cortas y sin filo en la piel alrededor del lugar de la inyección. Este producto no requiere receta médica, es económico y se puede limpiar y reutilizar.

Testimonio: *Ha sido muy difícil traer a mi hija para que la vacunen en los últimos años. Lloraba, gritaba y se resistía. Usamos el PokePlanner (planificador del pinchazo) de Meg Foundation esta última vez, y la experiencia fue mucho mejor. Mientras conducíamos a casa después de su vacuna contra la gripe, me dijo: "Si no hubiéramos usado el PokePlanner, probablemente todavía estaríamos allí y estaría llorando".*



Hable con su pediatra sobre las opciones para manejar el dolor después de la vacuna.

Comprensión de la preocupación:

Las herramientas de manejo del dolor durante la vacunación de niños son importantes porque ayudan a reducir la ansiedad, el miedo y la incomodidad. Muchos niños tienen miedo a las agujas. Los métodos de distracción o las prácticas relajantes pueden hacer que la experiencia sea menos aterradora y dolorosa. Esto no solo garantiza que la vacunación sea una vivencia más positiva, ya que fomenta que los niños tengan menos miedo de las próximas vacunas, sino que también ayuda a los padres a sentirse más tranquilos. Al reducir al mínimo el dolor y la ansiedad, estas herramientas contribuyen a lograr mejores resultados de salud y promueven que los niños se mantengan al día con sus programas de vacunación.

Aspectos destacados:

Las herramientas de manejo del dolor pueden reducir el dolor y el miedo que sienten los niños en las visitas de vacunación.

Cuando los niños sufren menos dolor durante las vacunaciones, es más probable que asocien el proceso con menos angustia, lo que puede mejorar su actitud general hacia las vacunas.

Puntos para tratar:

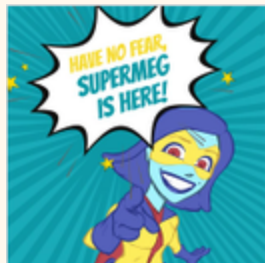
"A nadie le gusta ver a su hijo sufriendo, y el estrés de afrontar una cita para vacunarse puede ser abrumador".

"Hay muchas herramientas disponibles para ayudar a reducir al mínimo el dolor durante la aplicación de una vacuna. ¿Cuál de estas opciones le parece la más práctica?".

"Hable con el pediatra sobre las opciones para manejar el dolor, pregúntele si tiene alternativas disponibles en la clínica o sugerencias sobre lo que puede hacer desde casa".

Nota: Estos padres también podrían beneficiarse del material sobre cómo abordar el miedo.

Manejo del dolor



Meet SuperMeg, Our New Interactive Chatbot That Helps Kids Manage the...

The SuperMeg chatbot was developed by top experts in pediatric pain management, driven by...

 Meg Foundation

Aerosol frío

La persona que administra la vacuna puede aplicar un aerosol frío justo antes de la inyección.

Dispositivo vibratorio

Se puede sostener un dispositivo vibratorio con una bolsa de hielo opcional (como Buzzy de Pain Care Labs) contra el hombro o el muslo por encima del lugar donde se administrará la inyección.

ShotBlocker

Antes de la inyección, se puede colocar un dispositivo de plástico con puntas cortas y sin filo en la piel alrededor del lugar de la inyección. Este producto no requiere receta médica, es económico y se puede limpiar y reutilizar.

Testimonio: Ha sido muy difícil traer a mi hija para que la vacunen en los últimos años. Lloraba, gritaba y se resistía. Usamos el PokePlanner (planificador del pinchazo) de Meg Foundation esta última vez, y la experiencia fue mucho mejor. Mientras conducíamos a casa después de su vacuna contra la gripe, me dijo: "Si no hubiéramos usado el PokePlanner, probablemente todavía estaríamos allí y estaría llorando".



Hable con su pediatra sobre las opciones para manejar el dolor después de la vacuna.

Recursos para niños

Muéstrele a su hijo un episodio o un fragmento de uno de estos programas infantiles para ayudarlo a prepararse para recibir sus vacunas.



It's Time for Daniel's Shot
(Es hora de que Daniel se vacune)
Después de que la doctora Anna revisa a Daniel, es hora de que lo vacune. Enséñeles a los niños sobre el proceso de chequeo médico y recuérdelos que pueden pensar en algo feliz cuando los vayan a vacunar.



Getting a shot: You Can Do It!
(Vacunarse: ¡Tú puedes lograrlo!)
Sid está escuchando hablar mucho sobre cómo mantenerse saludable, lo que lo lleva a hacer muchas preguntas sobre qué puede enfermar a una persona y qué puede hacer para evitarlo. En el episodio, Sid y sus amigos aprenden sobre la ciencia básica de los gérmenes, los virus y las vacunas.



Doctor Checkup Song
(Canción del chequeo médico)
¡Hoy el médico nos va a revisar para saber si estamos sanos!



Being Brave at the Doctor's Office
(Ser valiente en el consultorio del médico)
El señor Rogers va a recibir una vacuna. Acude al centro de salud de la ciudad. La médica entra y lo examina brevemente. La enfermera regresa y lo vacuna.

Recursos para niños

Comprensión de la preocupación:

Mostrar a los niños videos prácticos de personajes que se vacunan puede ser útil a fin de prepararlos para una cita de vacunación. Estos videos pueden ayudar a desmitificar la experiencia y reducir la ansiedad, ya que brindan un contexto familiar y con el que nos podemos identificar. Al observar que los personajes que conocen y en quienes confían atraviesan el proceso con calma y de manera positiva, es más probable que los niños se sientan tranquilos y menos temerosos de su propia cita. Los videos incluyen explicaciones claras de lo que pueden esperar, lo que puede ser reconfortante para los niños que, de otro modo, podrían estar preocupados por una situación que no han experimentado. Además, estos videos pueden fomentar las conversaciones entre padres e hijos, lo cual permitirá hacer preguntas y tratar las preocupaciones de una manera comprensiva. En general, el uso de videos como herramienta preparatoria puede hacer que la experiencia sea más manejable e incluso fomentar una actitud positiva hacia las visitas de atención médica.

Aspectos destacados:

Los videos suelen incluir explicaciones claras de lo que se puede esperar, lo que puede ser reconfortante para los niños que, de otro modo, podrían estar preocupados por recibir sus vacunas.

Pueden hacer que la experiencia sea más manejable e incluso fomentar una actitud positiva hacia las vacunas.

Puntos para tratar:

“Hablar con nuestros hijos sobre las vacunas puede ser difícil. Hay algunos episodios geniales de programas de televisión infantiles populares que pueden ayudar a iniciar la conversación. Si necesita más apoyo para responder sus preguntas, estaré encantado de colaborar”.

Recursos para niños

Muéstrele a su hijo un episodio o un fragmento de uno de estos programas infantiles para ayudarlo a prepararse para recibir sus vacunas.



It's Time for Daniel's Shot (Es hora de que Daniel se vacune)

Después de que la doctora Anna revisa a Daniel, es hora de que lo vacune. Enséñeles a los niños sobre el proceso de chequeo médico y recuérdelos que pueden pensar en algo feliz cuando los vayan a vacunar.



Getting a shot: You Can Do It! (Vacunarse: ¡Tú puedes lograrlo!)

Sid está escuchando hablar mucho sobre cómo mantenerse saludable, lo que lo lleva a hacer muchas preguntas sobre qué puede enfermar a una persona y qué puede hacer para evitarlo. En el episodio, Sid y sus amigos aprenden sobre la ciencia básica de los gérmenes, los virus y las vacunas.



Doctor Checkup Song (Canción del chequeo médico)

¡Hoy el médico nos va a revisar para saber si estamos sanos!



Being Brave at the Doctor's Office (Ser valiente en el consultorio del médico)

El señor Rogers va a recibir una vacuna. Acude al centro de salud de la ciudad. La médica entra y lo examina brevemente. La enfermera regresa y lo vacuna.



www.racinecounty.com/publichealth
262-898-4460



CITY OF RACINE, WISCONSIN
PUBLIC HEALTH DEPARTMENT

<https://cityofracine.org/health>
262-636-9201