



**Pongo el hombro
por el Perú**

Yo me VACUNO contra la COVID-19

Cartilla informativa para la agente y el agente comunitarios sobre la vacunación contra el coronavirus



Consejos



Con tu ejemplo, **promueve el cumplimiento de las medidas de prevención ante el coronavirus.**

Usa doble mascarilla, mantén una distancia de dos metros y lávate las manos con agua y jabón con frecuencia.



Ante las dudas de las personas, responde de manera amable y comparte información sobre el coronavirus.

Utiliza palabras que todos comprendan. Usa el mismo idioma que hablan los pobladores de la comunidad. Busca apoyo de intérpretes o personas que te pueden ayudar a traducir.



Promueve la no discriminación de las personas afectadas con el coronavirus.

Recuerda a la población que, ante los síntomas, debe acudir al establecimiento de salud más cercano o comunicar al agente comunitario.

Recuerda estos mensajes



Es importante saber que:

- Las vacunas nos protegen y salvan nuestras vidas y las de las personas que más queremos. Vacunándonos podemos detener al coronavirus. Por nosotros, por nuestra familia y nuestra comunidad, yo me vacuno.
- Recuerda que antes y después de vacunarte debes seguir las recomendaciones del Ministerio de Salud, como usar la mascarilla, mantener la distancia, lavarte con frecuencia las manos con agua y jabón y evitar estar en lugares con muchas personas.
- La vacuna contra el coronavirus te protege de enfermarse gravemente y evita la muerte por coronavirus.
- Después de vacunarse, algunas personas pueden sentir dolor en el hombro, dolor de cabeza o fiebre, pero esos malestares pasarán. Si sigues con esos dolores avísale al personal de salud más cercano o al jefe de tu comunidad.
- Recuerda que, para vacunarte, no debes estar con síntomas del coronavirus o haber estado cerca a alguien con la enfermedad. Si crees que estás con coronavirus, debes informarlo al personal de salud para que te vacunen otro día. Así evitamos cualquier complicación.



Preguntas y respuestas sobre la vacuna contra el coronavirus



Preguntas y respuestas sobre la vacuna contra el coronavirus

01. ¿Las vacunas contra el coronavirus son seguras?

- > Todas las vacunas contra el coronavirus son seguras. El Ministerio de Salud aprueba las vacunas.

02. ¿A quiénes se está vacunando?

- > Por ahora, a personas mayores de 18 años, entre ellas las que tienen un mayor riesgo de que su salud se complique y puedan morir, como las personas obesas, diabéticas, con presión alta, cáncer, VIH, personas con discapacidad o habilidades especiales y gestantes a partir de los 7 meses de embarazo (28 semanas).

03. ¿Debo seguir usando mascarilla después de vacunarme?

- > Sí, debes seguir usándola antes y después de vacunarte para seguir cuidándote. Recuerda que es muy importante seguir usando mascarilla, lavarte las manos con agua y jabón, mantener la distancia con otras personas y evitar lugares con muchas personas, como fiestas o partidos de fútbol.

04. ¿Cómo me vacunarán?

- > Antes de vacunarte, el personal de salud te explicará cómo funciona la vacuna contra el coronavirus en tu cuerpo y luego firmarás un documento llamado “consentimiento informado” en el que aceptas vacunarte. La vacunación se realiza en el músculo del hombro izquierdo o derecho.

05. ¿Qué debo hacer si me siento mal después de vacunarme?

- > Luego de tu vacunación, el personal de salud te mantendrá en observación hasta por 30 minutos, por si tienes algún malestar. Recibirás la atención inmediata.

Puede que sientas dolor en el hombro, dolor de cabeza o fiebre. Si estos malestares continúan por más de un día en el que te aplicaron la vacuna, acude al centro de salud más cercano y usa tu Seguro Integral de Salud, o avísale al jefe de tu comunidad.



Preguntas y respuestas sobre la vacuna contra el coronavirus

06. ¿Si ya tuve coronavirus, debo vacunarme?

- > Sí, después de tres meses de haber tenido la enfermedad. Algunas personas pueden volver a enfermarse después de un tiempo.

07. ¿Puedo enfermarme de coronavirus después de vacunarme?

- > Sí puedes enfermarte, pero no es por la vacuna. Esto sucede porque te vacunaste estando ya con coronavirus sin saberlo o te contagiaste poco después de vacunarte.

Por eso, sigue cuidándote usando la mascarilla que cubra nariz y boca, lavándote las manos con agua y jabón, y manteniendo la distancia con otras personas. Es importante avisar al personal de salud o al agente comunitario de forma oportuna.

08. ¿Si estoy gestando o dando de lactar, me pueden vacunar?

- > Las gestantes de 18 y más años, a partir de los 7 meses (28 semanas) de gestación, también se deben vacunar para proteger al recién nacido.

09. ¿En cuánto tiempo de tener síntomas de coronavirus puedo realizarme el análisis para coronavirus?

- > La prueba molecular o la prueba antigénica se puede realizar una vez que se iniciaron los síntomas, ese mismo día y hasta 4 o 5 días de tener los síntomas. Para ambas pruebas se toma un hisopado nasal. A partir de los 8 o 9 días puede hacerse la prueba rápida en sangre.

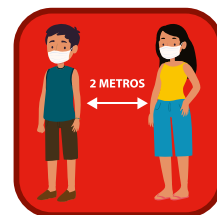
Si estás vacunado, sigue cuidándote con estas prácticas:



Usa doble mascarilla.



Lávate con frecuencia las manos con agua y jabón.



Mantén tu distancia física.

Preguntas en nuestras comunidades

Las personas requieren de información y de respuestas para despejar sus dudas antes de vacunarse.



Preguntas en nuestras comunidades

01. ¿Existen contraindicaciones para vacunarme contra el coronavirus?

- > No. Solo que hayas tenido una reacción muy grave en una vacunación anterior. El dolor de hombro, dolor de cabeza o mareos en una primera dosis no son motivos para no recibir una segunda dosis.

La menstruación o el tomar mates de plantas medicinales no son contraindicaciones para la vacuna.

02. ¿Puedo tomar mates medicinales después de vacunarme? ¿O tomar plantas para los malestares?

- > No se ha registrado reacciones negativas. Las personas tienen la costumbre de tomar mates diariamente para calmar algunos malestares o para mantenerse sanas.

03. Si me duele el hombro o brazo, ¿puedo aplicar emplastro de matico u otra planta desinflamante?

- > Las comunidades usan las plantas tradicionales. El Ministerio de Salud recomienda paracetamol.

04. ¿Puedo vacunarme si he tomado mucho masato o cerveza? ¿O puedo tomar masato o cerveza después de vacunarme?

- > Evita vacunarte si has tomado en exceso y estás ebrio. Después de vacunarte evita tomar bebidas alcohólicas.

05. Si estoy débil o con anemia, ¿pueden vacunarme? ¿Qué alimentos debo o no debo comer después de vacunarme? ¿Puedo comer chancho o huevo?

- > Si tienes anemia, pueden vacunarte y debes seguir tomando tus vitaminas o sulfato ferroso. Después de vacunarte debes comer todo saludable.

06. Cuando me vacunen, ¿cuánto tiempo debe pasar para tener relaciones sexuales?

- > No existe una contraindicación para tener relaciones sexuales antes ni después de la vacunación. No es cierto que la vacuna disminuya la fertilidad o la capacidad de tener relaciones sexuales.

Con la vacunación contra el coronavirus disminuyeron los casos graves, las hospitalizaciones, el uso de oxígeno y las muertes.

¡Sigamos cuidándonos!



PERÚ

Ministerio de Cultura

