

# Guía para recibir tus vacunas actualizadas contra la gripe y el COVID-19 en Sacramento

**CVEEP**  
Defensores de  
la Educación, la Equidad +  
el Progreso de la Vacunación

La temporada de enfermedades respiratorias ya está aquí. Mantenerse al día con las últimas vacunas es la mejor manera de ayudar a protegerse contra los peores resultados de muchas enfermedades respiratorias infecciosas, incluyendo la gripe y el COVID.

## ¿Quién necesita las vacunas contra la gripe y el COVID-19?

- **Gripe:** los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan que todas las personas mayores de 6 meses reciban una vacuna contra la gripe para el periodo 2024-2025 cada año en otoño. Algunas personas pueden considerar la vacunación en julio o agosto según las circunstancias.
- **COVID-19:** los CDC recomiendan que todas las personas mayores de 6 meses reciban una vacuna contra el COVID-19 de 2024-2025. Los CDC también recomiendan una segunda dosis de la vacuna contra el COVID-19 para el periodo 2024-2025 para personas mayores de 65 años y para aquellas con inmunodepresión moderada o grave. La segunda dosis debe administrarse 6 meses después de la primera dosis.

## ¿Dónde puedo recibir las últimas vacunas contra el COVID-19 y la gripe en Sacramento?

- **Farmacias:** la mayoría de las farmacias principales ofrecen muchas vacunas. Consulta con tu farmacia para ver qué vacunas están disponibles y si se necesita una cita. [Vaccines.gov](https://www.vaccines.gov) cuenta con una herramienta de búsqueda de farmacias que te ayudará a encontrar una farmacia cerca tuyo.
- **Consultorio del proveedor de atención médica:** si tienes un proveedor de atención médica primario, puedes programar una cita para hablar sobre cómo mantenerte al día con tus vacunas contra el COVID-19 y la gripe, y vacunarte.
- **Departamento de Salud Pública de California:** las personas en California pueden visitar [myturn.ca.gov](https://myturn.ca.gov) para encontrar una clínica que proporcione vacunas contra el COVID-19 y la gripe.
- **Salud pública del condado de Sacramento:** Para adultos y niños mayores de 6 meses que reciben Medi-Cal o no tienen seguro, la Salud Pública del Condado de Sacramento ofrece unidades móviles de vacunación contra el COVID-19 que están disponibles semanalmente. *(Las clínicas de Salud Pública del Condado de Sacramento están abiertas a personas que viven o trabajan en el Condado de Sacramento).*



Más información

## ¿Tendré que pagar de mi bolsillo para vacunarme?

- **¿Tienes seguro?** Las vacunas contra el COVID-19 y la gripe para niños y adultos están cubiertas por casi todos los planes de seguro sin costo alguno. Asegúrate de que tu proveedor de vacunas acepte tu seguro.
- **¿No tienes seguro o tienes un seguro insuficiente?** Los adultos sin seguro médico o con planes de salud que no cubren el costo de las vacunas contra el COVID-19 o la gripe pueden recibir una vacuna sin costo en las clínicas de salud pública del condado de Sacramento, en determinadas clínicas comunitarias y en algunas farmacias minoristas.

**Los niños de 18 años o menores que no tienen seguro** o que, de otro modo, no pueden pagar el costo de las vacunas, incluyendo a aquellos que tienen Medicaid o que califican para recibir beneficios del Programa de Seguro Médico para Niños (Children's Health Insurance Program, CHIP), pueden recibir vacunas sin costo a través del Programa Vacunas para Niños (Vaccines for Children Program, VFC).

## ¿Qué debo llevar a una cita de vacunación?

- **Identificación** (como licencia de conducir u otra identificación emitida por el estado)
- **Tarjetas del seguro**

### SOURCES:

<https://www.cdc.gov/flu/professionals/vaccination/vax-summary.htm>  
<https://www.cdc.gov/vaccines/covid-19/clinical-considerations/interim-considerations-us.html>

<https://www.riteaid.com/covid-19/prepare>  
<https://www.cdc.gov/vaccines-for-children/vfc-information-for-parents/?CDC>

[cveep.org/es](https://cveep.org/es)

ACTUALIZADO: 11/2024