

Tu visita de vacunación en otoño: Qué esperar y cómo prepararte

CVEEP

Combatiendo enfermedades respiratorias infecciosas

1 Por qué es importante vacunarse en otoño

Durante la temporada de enfermedades respiratorias, las vacunas recomendadas son especialmente importantes, particularmente para personas de 50 años o más, para protegerse contra enfermedades graves causadas por virus respiratorios como la gripe, el COVID-19, la enfermedad neumocócica y el VRS. **Vacunarte este otoño es una de las formas más sencillas de mantenerte saludable y proteger a las personas que te rodean.**

2 Dónde vacunarte: Consultorio médico o farmacia

Tanto el consultorio de tu proveedor de atención médica como las farmacias son lugares seguros y confiables para recibir tus vacunas.

¿Por qué elegir el consultorio médico?

- **Hay disponibilidad de apoyo médico** si tienes condiciones de salud crónicas o necesitas orientación más detallada.
- **Tu proveedor ofrece atención integral** y conoce tu historial de vacunación y tus necesidades específicas.

¿Por qué elegir una farmacia?

- **Puedes vacunarte sin hacer una cita previa** ya que muchas farmacias ofrecen vacunas sin necesidad de programar tu vista. Sin embargo, se recomienda llamar a la farmacia con anticipación para confirmar su disponibilidad.
- **Los horarios extendidos**, que incluyen las tardes y fines de semana, pueden ajustarse mejor a tu horario.
- **Hay múltiples localidades** disponibles, ya que las farmacias suelen estar convenientemente ubicadas cerca de los vecindarios, lugares de trabajo y escuelas. Puedes encontrar fácilmente una farmacia o centro de salud cercano usando la [Herramienta localizadora de vacunas de CVEEP](#). Ingresa tu código postal para ver lugares cerca tuyo que ofrecen vacunas respiratorias.

3 Antes de tu visita: Qué llevar y cómo prepararte

Una pequeña preparación antes de tu cita de vacunación puede ayudarte a tener una experiencia rápida y sin estrés. Ya sea que visites a tu médico o a una farmacia local, aquí tienes algunas cosas que debes llevar contigo:

- Un **documento de identificación**, como la licencia de conducir o el pasaporte.
- Tu **tarjeta de seguro médico**, si la tienes, ya que la mayoría de las vacunas respiratorias están cubiertas por el seguro.
- Tu **registro de vacunación**, para que el personal médico pueda verificar qué vacunas ya has recibido y cuáles podrías necesitar.
- Una **lista de tus medicamentos y alergias** también es importante para compartir con tu proveedor y así garantizar una vacunación segura.



Planifica con anticipación:

- ✓ **Usa ropa holgada** que permita fácil acceso a tu brazo superior.
- ✓ **Verifica si eres elegible** para ciertas vacunas (por ejemplo, las recomendaciones pueden variar según la edad, estado de salud o historial de vacunación).
- ✓ **Confirma** el horario, la ubicación y si necesitas pedir una cita en el lugar donde planeas vacunarte.

4 Preguntas para hacer durante tu visita

Las citas de vacunación en otoño son una excelente oportunidad para hacer preguntas sobre las vacunas y los pasos que puedes tomar para mantenerte saludable. **¿No se te ocurre qué preguntar? Aquí tienes algunas preguntas para iniciar la conversación:**

1. **¿Cómo funcionan estas vacunas?**
2. **¿Cuánto tiempo debo esperar después de haber estado enfermo para vacunarme?**
3. **¿Cuáles son los efectos secundarios comunes y cómo puedo reducir las molestias después de vacunarme?**
4. **¿Cuánto tiempo me protegen estas vacunas?**
5. **¿Hay otras vacunas que me recomiendes?**
6. **¿Qué otras medidas puedo tomar para evitar enfermarme este otoño?**

Al mantenerte al día con tus vacunas respiratorias esta temporada, puedes ayudar a protegerte a ti mismo, a tus seres queridos y a tu comunidad contra las enfermedades graves.

Más información en: cveep.org/es/vacunas-protegen