

Guía de información para líderes religiosos y comunitarios

Según una encuesta reciente publicada por la Asociación Estadounidense de Psiquiatría, muchas personas tienen ansiedad y preocupaciones significativas relacionadas con la enfermedad del Coronavirus. El estudio indica que una de cada cuatro personas que busca ayuda por problemas de salud mental recurre a líderes religiosos antes de buscar ayuda de profesionales clínicos. A continuación hay información para ayudar a los líderes religiosos y comunitarios a comprender y apoyar a sus comunidades.

¿Qué es el COVID-19?

El COVID-19 es una enfermedad causada por el virus SARS-CoV-2, también conocido como Coronavirus.

¿Cómo se transmite el COVID-19?

El COVID-19 se propaga de tres formas:

1. Cuando estás respirando aire cerca de una persona infectada que exhala gotas y partículas que contienen el virus.
2. Cuando estas gotas y partículas caen en los ojos, la nariz o la boca al toser o estornudar.
3. Al tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos que tienen el virus.

¿Cuál es la preocupación con las variantes del COVID-19?

El Coronavirus que causa el virus del COVID-19 ha pasado por un proceso de cambio muchas veces durante la pandemia. Los investigadores tienen evidencia de que:

- **Algunas variantes nuevas pueden permitir que el Coronavirus se propague más rápido de persona a persona.**
- **Más infecciones pueden resultar en que más personas se enfermen gravemente o mueran.**
- **Las nuevas variantes del virus seguirán propagándose.**
- **El riesgo más significativo de transmisión se encuentra entre las comunidades con bajas tasas de vacunación.**

Por lo tanto, las vacunas son la forma más eficaz de controlar y tratar el virus, incluidas las nuevas variantes.

¿Cómo funcionan las vacunas contra el COVID-19?

Las vacunas le enseñan a tu sistema inmunológico cómo reconocer y combatir el virus que causa el COVID-19. Las vacunas nunca entran donde se almacena tu ADN. Por lo tanto, no cambian ni interactúan con tu ADN de ninguna manera. Las vacunas no contienen el virus vivo que causa el COVID-19. Por lo tanto, no pueden enfermarte con el virus. Si experimenta efectos secundarios después de recibir la vacuna, como cansancio, fiebre, escalofríos, etcétera, estos son temporales y significan que su cuerpo está aprendiendo a combatir el virus. Hasta enero de 2022, se han administrado más de 500 millones de dosis de vacunas en los EE. UU.*



¿Qué es el refuerzo bivalente COVID-19 y por qué lo necesito?

El refuerzo bivalente COVID-19 es una versión actualizada de la vacuna actual. El refuerzo actualizado protege contra las variantes adicionales de COVID-19 que el refuerzo original no fue diseñado para combatir. Si tu hijo tiene 6 meses o más y recibió la vacuna de Moderna como su serie original, es elegible para la vacuna de refuerzo actualizada o bivalente. Si tu hijo tiene 5 años o más y ha completado la serie original de Pfizer o Moderna, son elegibles para el refuerzo bivalente. Comunícate con el proveedor de atención médica de tu hijo para obtener más información sobre su elegibilidad.

¿Cuáles son efectos secundarios a largo plazo de estar vacunado?

Al igual que los que se sienten después de las vacunas regulares, los efectos secundarios después de una vacuna COVID-19 a menudo son leves y desaparecen en unos pocos días. Pueden manifestarse de manera diferente de acuerdo a la edad. Los efectos secundarios comunes incluyen dolor en el lugar donde recibió la inyección y cansancio. Aunque los eventos adversos (problemas de salud graves) son poco frecuentes, pueden dar lugar a problemas de salud a largo plazo. A menudo ocurren seis semanas después de recibir una vacuna.

¿Cuáles son los beneficios de estar vacunado?

Debido a que ninguna vacuna es 100% efectiva, siempre hay posibilidades de casos de infección y pueden provenir de todas las variantes de COVID-19. Sin embargo, las vacunas ayudan a reducir la propagación del virus a tu familia y amigos y previenen de manera efectiva la hospitalización y la muerte.

- Las vacunas COVID-19 crean protección.
- Las personas que están completamente vacunadas y reforzadas pueden experimentar infecciones y síntomas repentinos, pero por menos tiempo. Sus posibilidades de contraer una enfermedad grave siguen siendo mucho más bajas que las de las personas no vacunadas.
- Una persona no vacunada tiene diez veces más probabilidades de dar positivo por COVID-19 y 20 veces más probabilidades de morir de COVID-19 que las personas vacunadas.
- Al vacunarse, ayudas a garantizar que las personas con enfermedades graves distintas a la enfermedad por el Coronavirus puedan obtener la atención que necesitan pues los hospitales no se verán abrumados con el tratamiento de pacientes con COVID-19.

¿Cómo podemos protegernos y prevenir el COVID-19?

Vacunarse y seguir los protocolos de seguridad como el uso de tapabocas, la distancia social y lavarse las manos con agua y jabón es la mejor manera de protegerse a ti mismo y a tus seres queridos. También puedes seguir los siguientes pasos:

- **Averigua:** habla con los miembros de tu congregación que tengan la experiencia o la educación médica para que se dirijan a la comunidad y brinden orientación e información basada en evidencia y recursos.
- **Actúa:** haz arreglos para que los voluntarios ayuden a los miembros de tu comunidad que puedan necesitar ayuda para pedir citas de vacunación/pruebas en línea y/o transporte hacia y desde estas citas. Manténgase actualizado sobre las últimas recomendaciones sobre COVID-19, ya que cambian constantemente.
- **Ayuda:** anima a los miembros de la comunidad a expresar sus preocupaciones por los más vulnerables, a hablar, a ser el cambio que quieren ver y a convertirse en campeones de la salud para sus comunidades. Protege tu salud y la salud de tu familia hablando con tu proveedor de atención médica sobre lo que las vacunas pueden hacer por ti y tu familia.

Recurso

- Fact Sheet: End of the COVID-19 Public Health Emergency | HHS.gov: [bit.ly/FactSheet-End-of-the-COVID-19-Publicly-Health-Emergency](https://www.hhs.gov/coronavirus/2023-08-01-covid-19-public-health-emergency-fact-sheet)
- Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) CDC: [bit.ly/Coronavirus-Disease-2019-CDC](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/)
- Vaccines for COVID-19 | CDC: [bit.ly/Vaccines-for-COVID-19](https://www.cdc.gov/vaccines/imz/downloads/covid-19/)
- Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) IDPH: [bit.ly/Coronavirus-Disease-2019-IDPH](https://www.idph.gov/coronavirus/)