



### **¿Por qué y cómo nos enfermamos?**

Cuando nos enfermamos por un virus, significa que nuestro cuerpo está luchando contra algo que no debería estar allí. Algunos virus pueden ingresar a nuestro cuerpo mediante el aire, cuando respiramos por la boca o la nariz. Una vez que los gérmenes entran, quieren sentirse como en casa: los virus utilizan nuestras propias células (los componentes básicos de nuestro cuerpo) para hacer copias de sí mismos. El hacer estas copias puede dañar nuestras células, pero ayuda al virus a seguir propagándose.

### **¿Por qué nos sentimos mal cuando nos enfermamos?**

Cuando se está enfermo, muchos de los síntomas que se sienten (fiebre, goteo nasal, tos) son las formas que tiene el cuerpo de intentar defenderse y deshacerse de los virus. Por eso muchas enfermedades diferentes tienen síntomas similares, ¡es el cuerpo defendiéndose!

### **¿Cómo se previene la enfermedad?**

En primer lugar, lavarse las manos con frecuencia y usar mascarillas son buenas maneras de evitar que un virus entre en nuestro cuerpo. Si nos enfermamos, también son excelentes maneras de prevenir el contagio a otras personas.

### **¿Cómo funcionan las vacunas? ¿Qué tienen de especial las vacunas de ARNm?**

Las vacunas ayudan a nuestro sistema inmunitario a entrenarse para combatir las enfermedades. El sistema inmunitario es una serie de defensas que tiene nuestro cuerpo para deshacerse de las infecciones. La fiebre es una señal de que nuestro sistema inmunitario está trabajando intensamente para combatir la infección.

Las vacunas introducen en nuestro cuerpo agentes que pueden ayudar al sistema inmunitario a aprender a reconocer una enfermedad sin tener que infectarse realmente. Podemos tener algunos síntomas, como dolores, escalofríos o fiebre, porque nuestro cuerpo está aprendiendo a combatir una enfermedad, aunque no estemos realmente enfermos. Estos efectos secundarios suelen ser leves y desaparecen al cabo de uno o dos días.

Algunas vacunas utilizan una versión modificada o inactiva de un virus para que nuestro cuerpo aprenda qué debe buscar, pero otras no. Las vacunas contra la COVID-19 que están disponibles habitualmente incluyen la nueva tecnología de vacunas de ARNm. La vacuna introduce un conjunto de instrucciones en nuestro cuerpo sobre cómo fabricar una proteína que se parece a una parte del virus que produce la COVID-19, pero que no puede enfermarnos. Nuestro sistema inmunitario aprende a reconocer el virus de la COVID-19 y a defenderse, de manera que nos mantiene a salvo y facilita la lucha contra la infección si nos vemos expuestos en el futuro, a veces incluso antes de sentirnos enfermos.

**4450 Park Avenue • Bridgeport, CT 06604 • 203.416.3521 • [www.shudiscovery.org](http://www.shudiscovery.org)**

*The Discovery Museum, Inc. is designated by the Internal Revenue Service (IRS)  
as tax-exempt as defined in section 501(c)(3) of the IRS code.*



### ¿Qué es la inmunidad de rebaño?

Dado que nuestro sistema inmunitario solo puede aprender a combatir algo que reconoce como un problema, las vacunas son realmente importantes al momento de protegernos no solo a nosotros mismos, sino también a nuestros seres queridos. No todas las personas pueden vacunarse: algunas personas con otras afecciones pueden tener alergias u otras enfermedades que les impidan vacunarse, y algunas personas pueden tener otras enfermedades que dificulten que su sistema inmunitario luche contra la infección aunque estén vacunadas.

Pensemos en una comunidad de personas que viven en una región como un grupo que trabaja conjuntamente para luchar contra enfermedades como la COVID-19. Hay que pensar en la vacuna y en el virus como si fueran un paraguas bajo la lluvia: no podemos evitar que llueva afuera, pero podemos tomar ciertas medidas para protegernos.

Si está lloviendo y tiene su propio paraguas, estará más protegido frente a la posibilidad de mojarse. ¡Las vacunas funcionan igual! Si recibe su vacuna, estará más protegido frente a la posibilidad de enfermarse.

En el caso de las personas que no pueden vacunarse, es como si no tuviesen un paraguas. Sin ayuda, es posible que se mojen con la lluvia.

¿Qué sucedería si 100 personas se pararan bajo la lluvia sin paraguas? Esto es lo que sucede cuando no tenemos vacunas disponibles: todas las personas están en riesgo.

¿Qué sucedería si 100 personas se pararan bajo la lluvia, pero la mitad tuviese paraguas? Algunas personas permanecerían secas, pero hay más posibilidades de que todos se salpiquen aunque sea un poco. Esto es lo que sucede cuando no todas las personas eligen vacunarse: hay más personas en riesgo que solo las que no tienen paraguas propios.

¿Pero qué sucedería si 100 personas se pararan juntas bajo la lluvia y 99 tuviesen paraguas? La única persona sin paraguas podría obtener suficiente protección compartiendo los paraguas con los demás y probablemente no se mojaría tanto. Este concepto se llama "inmunidad de rebaño". Es importante que, como comunidad, nos protejamos a nosotros mismos, si podemos, para así proteger a las personas que no tienen esa opción.



### **¿Cómo puedo vacunarme?**

Puede encontrar una clínica local en [vaccines.gov](https://www.vaccines.gov). Ingrese su código postal para encontrar los sitios más cercanos con vacunas disponibles.

### **¿Qué debo presentar para vacunarme?**

Si ya se ha vacunado previamente, deberá llevar la tarjeta de vacunación con su registro. Si no, basta con que vaya usted con su mascarilla. Es posible que le pregunten su nombre y le pidan su información de seguro médico (tener un seguro no es obligatorio). La vacuna contra la COVID-19 es gratuita.

También le pedirán que responda preguntas sobre su salud y bienestar para determinar si es elegible (alergias, edad, afecciones médicas).

### **¿Qué sucede a continuación?**

Dependiendo de la vacuna que reciba, deberá volver para recibir una segunda dosis y, más adelante, una dosis de refuerzo.

La iniciativa Communities for Immunity es posible gracias a la financiación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y el Instituto de Servicios de Museos y Bibliotecas. Para obtener más información, visite [www.communitiesforimmunity.org](https://www.communitiesforimmunity.org)