

REACCIONES ADVERSAS DE LAS VACUNAS COVID-19

Educación sanitaria para el autocuidado

El **autocuidado** es la responsabilidad que cada persona tiene para el fomento, conservación y cuidado de su salud.

En esta ficha de salud, te damos la información necesaria para que trate de manera correcta los efectos adversos más comunes de las vacunas contra el COVID-19.

¿QUE SON LAS REACCIONES ADVERSAS DE LAS VACUNAS?

Como todos los medicamentos, las vacunas pueden producir **reacciones adversas** (RAV). Sin embargo, la mayoría son leves, de corta duración y no todo el mundo las sufre. Y, en ningún caso, sobrepasan los efectos que puede causar la enfermedad.



¿CUÁLES SON LAS MÁS FRECUENTES?

Las reacciones adversas más frecuentes identificadas en las vacunas frente al COVID-19 que actualmente están autorizadas incluyen:

- **Dolor, pesadez, hinchazón en el brazo** donde se ha administrado la vacuna. También eritema y picor en la zona de punción.
- **Cansancio, dolor muscular, malestar general** y síntomas leves, similares a los de la gripe.
- **Dolor de cabeza.**
- **Náuseas y diarrea.**
- Sensación febril o **fiebre** y / o **escalofríos.**
- En algunas ocasiones puede aparecer **hinchazón de los ganglios** unos días después de la vacunación. Esta inflamación puede prolongarse hasta dos semanas. Es una reacción esperable y constituye una señal de que el sistema inmunológico está respondiendo a la vacuna.

¿CUANTO TIEMPO DURAN?

Todos estos **síntomas leves** suelen durar **entre 5-7 días**, pero **la mayoría se dan en los primeros 2-3 días** y se tratan de manera sintomática.

COMO TRATAR LAS REACCIONES ADVERSAS:

Si aparecen algunos de estos síntomas después de la primera dosis, **no se debe dejar de administrar la segunda dosis**, ya que es con esta segunda cuando conseguimos el máximo de protección frente al virus.

Es importante explicar cómo solucionar las reacciones adversas a las personas a las que vacunamos:

- Si tiene **molestias en el brazo**, en la zona de punción, **aplique frío local**. Puede utilizar acumuladores de frío de las neveras portátiles o bolsas de hielo protegidas con un paño limpio para evitar la quemadura de la piel.



- Si tiene **fiebre**, **tome un antitérmico** como el paracetamol con la frecuencia recomendada por el profesional sanitario.
- Si tiene **cansancio**, **descanse**, la siesta puede ayudarle a sentirse mejor.
- Si tiene **dolor de cabeza**, **tome un analgésico** como el paracetamol con la frecuencia recomendada por el profesional sanitario.

Si estos síntomas duran más de 5-7 días o aparece algún síntoma nuevo, consulte con los profesionales de referencia del Equipo de Atención Primaria o llame al 112.

Si necesita más información, consulte a su enfermera familiar y comunitaria.

