

Octubre

Castellano

# Guía de vacunación contra la COVID-19

Descubre la guía  
en otros idiomas

Aquí



/Salut



Generalitat  
de Catalunya

# Índice de la guía

- 1 Antes de vacunarte
- 2 El día de la cita de vacunación
- 3 Después de la vacunación
- 4 Para acabar...
- 5 ¿Necesitas más información?



**Este documento contiene apartados con enlaces.**

Cada apartado del índice redirige al lugar donde se encuentra el apartado en cuestión dentro del documento y donde encontrarás las preguntas con su pertinente respuesta.

## Introducción

La vacunación contra la COVID-19 tiene como finalidad alcanzar la inmunidad de grupo, que permitirá acabar con la pandemia.

Gracias a la disponibilidad de más vacunas, cada vez más grupos poblacionales tendrán acceso a la vacunación.

Desde el Departamento de Salud y el Servicio Catalán de la Salud, hemos creado esta guía que te ayuda a conocer el desarrollo del proceso de vacunación.

## ¿Nos acompañas?





# 1 Antes de vacunarte

## 1.1 Las vacunas

- ¿Qué vacuna se me administrará?
- Las condiciones clínicas especiales

## 1.2 Tu cita de vacunación

- ¿Cómo sabré cuándo tengo que vacunarme?
- ¿Cómo tengo que pedir cita?

Consulta la información específica sobre el proceso de vacunación a través del [siguiente enlace](#)

## 1.1 Las vacunas

En este momento, las vacunas son **la mejor herramienta para hacer frente a la COVID-19**.

Es importante alcanzar la **inmunidad de grupo** para reducir los contagios, las hospitalizaciones y las muertes. También para hacer frente a las nuevas cepas del virus.

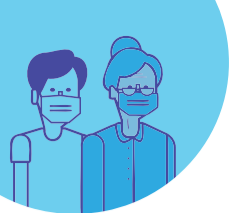
Gracias al gran esfuerzo de investigación, disponemos de varias vacunas **aprobadas por la Agencia Europea de Medicamentos (EMA)**; cada una de ellas está indicada en casos específicos y pueden ser administradas en una o dos dosis.

De cara al futuro, se espera incorporar nuevas vacunas.

Todas las vacunas son **gratuitas para todos los residentes en Cataluña**.

Esto incluye a las personas sin permiso de residencia, en situación irregular o sin tarjeta sanitaria individual.





## / ¿Qué vacuna se me administrará?

**Dependerá de muchos factores**, como de la disponibilidad de los diferentes tipos de vacunas y de cuáles son las indicadas para tu franja de edad o para tu condición de salud.



La priorización de vacunación la decide un grupo de trabajo formado por expertos de las administraciones públicas y de sociedades **científicas y bioéticas, entre otros.**

Desde Cataluña, se participa activamente en este grupo.

**Dicha priorización se ha establecido en función de los siguientes criterios:**

- / **Riesgo de complicaciones graves de la COVID-19 y mortalidad.**
- / **Riesgo de exposición al virus.**
- / **Impacto sobre la sociedad y la economía del trabajo que desempeñan las personas.**
- / **Riesgo de transmisión de la enfermedad.**

Hay que tener en cuenta que **la disponibilidad de las dosis es progresiva**, que la organiza la Unión Europea, y que algunas vacunas tienen condiciones de conservación y manipulación especiales que condicionan su logística, su distribución y su aplicación.



## / Las condiciones clínicas especiales

Algunas condiciones de salud, como alergias, factores de riesgo o el embarazo, deben tenerse en cuenta a la hora de la vacunación.

La mayoría de medicaciones no afectan a la administración de la vacuna, salvo que un profesional sanitario indique lo contrario.

En cualquier caso, las vacunas contra la COVID-19 se han demostrado **seguras y eficaces** en la mayoría de pacientes con patologías previas y también en la población en general.

Sí que es necesario señalar que, de momento, los **menores de 12 años no pueden vacunarse** y que la aprobación de las vacunas para niños y adolescentes está en fase de ensayos clínicos.

## 1.2 Tu cita de vacunación

### / ¿Cómo sabré cuándo tengo que vacunarme?

Actualmente en Cataluña hay disponibilidad total de vacunas para que te puedas vacunar.

Verifica que tus datos de contacto estén actualizados en [La Meva Salut](#) porque es posible que recibas **un SMS por parte del Departament de Salut**.

Disponer de esta herramienta es muy importante porque también podrás descargarte el informe vacunal de la COVID-19 y el certificado COVID digital de la UE.

Si todavía no te has dado de alta, puedes hacerlo ahora en [lamevasalut.gencat.cat/alta](https://lamevasalut.gencat.cat/alta).

### / ¿Cómo tengo que pedir cita?

Si te quieres vacunar, **es imprescindible que antes registres tu cita** en el web [vacunacovidsalut.cat](https://vacunacovidsalut.cat), donde puedes reservar día, hora y lugar para vacunarte, y si lo necesitas, también puedes modificar tu cita de vacunación.

En caso de que tengas que vacunarte con dos dosis, nos pondremos en contacto contigo para la segunda cita (según el intervalo de aplicación de la vacuna que se te haya administrado).

También te puedes vacunar en un punto de vacunación sin cita.

## 2 El día de la cita de vacunación

### 2.1 La llegada al centro

### 2.2 Ropa recomendada

### 2.3 Medidas de protección

### 2.4 El momento de la vacuna

- La inyección
- Después de la inyección
- La segunda dosis

## 2.1 La llegada al centro

Debes dirigirte al punto de vacunación que aparece en tu cita, con tu tarjeta sanitaria (TSI) y tu **DNI, NIE o pasaporte**. **También es necesario que lleves el comprobante de la cita; en caso de que te vacunes en un punto de vacunación sin cita no es necesario.**

Es preferible que **acudas solo tú**, excepto si crees que puedes necesitar la ayuda de otra persona.

## 2.2 Ropa recomendada

Te recomendamos que lleves una prenda de ropa de manga corta, **que pueda arremangarse hasta el hombro**, o una prenda de ropa sin mangas.

Si quieres, también puedes llevar un jersey encima, que se pueda quitar rápida y cómodamente.

## 2.3 Medidas de protección

Para tu tranquilidad, en el recinto de vacunación nos **aseguramos de que se cumplen las medidas** de protección contra la COVID-19:

/ **Uso de espacios abiertos o con ventilación adecuada.**

/ **Respeto de las distancias.**

/ **Dispensadores de gel hidroalcohólico.**

/ **Uso de mascarilla en buen estado y bien ajustada.**

/ **Control de la entrada y la salida.**

## 2.4 El momento de la vacuna

### / La inyección



Cuando llegues a la zona de vacunación, te estará esperando **un profesional sanitario que ha recibido formación específica** tanto de la vacuna que te administrará como de las pautas sanitarias e higiénicas que debe seguir.

La vacuna se completa en **pocos segundos y tanto la dosis como la aguja son pequeñas**, pero si tienes fobia a los pinchazos puedes solicitar la ayuda de los profesionales que te atienden.

### / Después de la inyección

Tras recibir la vacuna, **debes esperar 15 minutos** en el recinto para controlar que no aparezcan reacciones inmediatas.

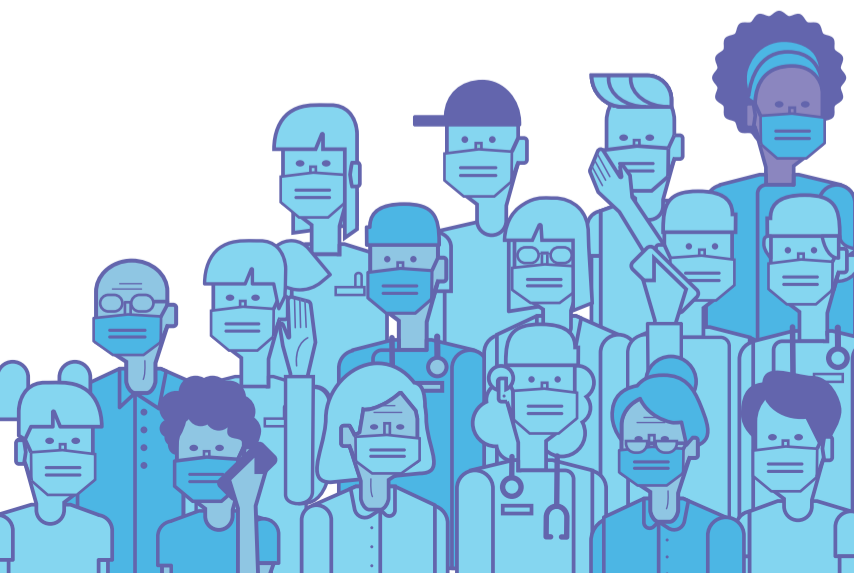
**En personas con antecedentes** de una reacción alérgica grave (anafilaxis), se mantiene un seguimiento de **30 minutos** tras la vacunación. En el punto de vacunación hay **personal de urgencia y de información** que te acompañará durante todo el proceso.

No dudes en pedirles ayuda cuando la necesites.

### / La segunda dosis

No todas las personas necesitan dos dosis. Dependiendo de tu perfil de riesgo, de tu edad, de si has pasado o no la COVID-19 o de la vacuna que recibas, **es posible que se te convoque para una segunda dosis**.

Nos pondremos en contacto contigo para programar esta segunda cita, que es fundamental para completar tu proceso vacunal.



## 3 Después de la vacunación

- 3.1 Efectos secundarios
- 3.2 ¿Cómo funciona la inmunidad?
- 3.3 Inmunidad de grupo
- 3.4 Tiempo de inmunidad y variantes del virus
- 3.5 Cuando haya completado la pauta de vacunación: ¿debo continuar siguiendo las medidas?
- 3.6 Justificante vacunal

**¡Enhorabuena!** Ya has recibido una o las dos dosis de la vacuna.

Pero debes seguir teniendo paciencia: **la inmunidad no es inmediata** y, tal como pasa con todas las vacunas, puedes sufrir algunos efectos adversos.

La inmensa mayoría son leves, si es que se producen.

Presta atención al siguiente punto para conocerlos y para **detectar cuándo debes ponerte en contacto con tu profesional sanitario**, tu centro de atención primaria o el 061.

### 3.1 Efectos secundarios

Los efectos secundarios más habituales son:



Molestias en el brazo en el que te han puesto la inyección



Cansancio



Dolor de cabeza y/o muscular



Febrícula o fiebre leve



Si aparecen, los efectos adversos habitualmente se notan tras la segunda dosis, suelen **ser leves y no duran más de uno o dos días**.

En cualquier caso, cada persona reacciona de manera distinta. Si es necesario, y los profesionales sanitarios te lo recomiendan, puedes tomar **analgésicos**, como paracetamol, para mitigar los efectos adversos.

Si estos síntomas **se alargan más de tres días**, házselo saber a tu profesional sanitario o al 061.

## Efectos adversos de los que hay que alertar:

Ponte en **contacto cuanto antes con tu profesional sanitario o tu centro de atención primaria, o llama al 061** si presentas cualquiera de estos síntomas:



Dificultad para respirar



Dolor en el pecho



Hinchazón o dolor en un brazo o una pierna



Dolor de cabeza persistente



Visión borrosa o doble



Múltiples hematomas pequeños



Manchas rojas o violáceas en la piel

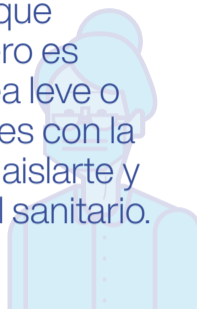


## 3.2 ¿Cómo funciona la inmunidad?

### Inmunidad individual

La inmunidad **no se consigue inmediatamente después** de la vacunación. **Esta todavía tarda unos días en alcanzarse** de forma completa, y siempre después de la dosis final.

Tras la vacunación, todavía es posible que puedas contagiarte de la COVID-19, pero es altamente probable que la infección sea leve o muy leve. Si tienes síntomas compatibles con la COVID-19 tras recibir la vacuna, debes aislarte y ponerte en contacto con tu profesional sanitario.



## 3.3 Inmunidad de grupo

Se considera que la inmunidad de grupo se alcanza cuando la **gran parte de la población** está vacunada o tiene anticuerpos tras haber pasado la enfermedad.

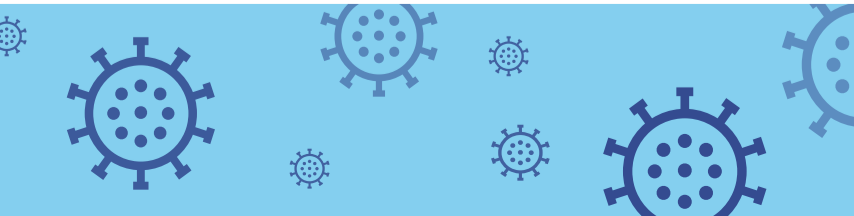
Aún no puede hacerse una predicción de cuándo llegaremos a la inmunidad de grupo y, en cualquier caso, las restricciones solo se retirarán cuando las autoridades competentes valoren el riesgo y consideren que es mínimo.



## 3.4 Tiempo de inmunidad y variantes del virus

Los científicos trabajan para obtener más información sobre la duración de la inmunidad, tanto de la vacuna como de la infección natural. El número de reinfecciones de COVID-19 es muy bajo.

Hasta el momento, **las vacunas disponibles también protegen contra las variantes del virus que se han detectado** en el país.



### 3.5 Cuando haya completado la pauta de vacunación: ¿debo continuar siguiendo las medidas?

Hasta que no alcancemos la inmunidad de grupo, es obligatorio **mantener las medidas de prevención** que determinen las autoridades y **también las de protección individual** (distancia, higiene de manos, uso de mascarilla en buen estado, ventilación de los espacios cerrados, evitar aglomeraciones y priorizar las actividades al aire libre).

Mantenerlas ayuda a reducir la circulación del virus.



### 3.6 Justificante vacunal

**La vacuna se registra en tu historia clínica**, compartida por todo el sistema sanitario y que puedes consultar a través de [La Meva Salut](#).

En el apartado de «Vacunas y certificado COVID UE» aparecerán los justificantes de todas las vacunas que te han administrado a lo largo de tu vida, incluyendo el **justificante vacunal de la COVID-19**.

En La Meva Salut también encontrarás el certificado COVID digital de la UE. Si todavía no te has dado de alta, puedes hacerlo ahora en [lamevasalut.gencat.cat/alta](https://lamevasalut.gencat.cat/alta).

Asegúrate de tener actualizados los **datos de contacto**, como el teléfono móvil o el correo electrónico, para futuras comunicaciones del sistema de salud.





## 4 Para acabar...

Las vacunas **no son obligatorias**, pero son indispensables para protegerte y contribuir a la inmunidad de grupo.

Las agencias reguladoras internacionales, como la Agencia Europea de Medicamentos, han aprobado su uso por su **seguridad y eficacia**.

Si te vacunas, te estás **protegiendo a ti y a toda la sociedad**.

Además, estás previniendo la aparición de nuevas variantes del virus, ya que este evoluciona más rápidamente cuando la población no está protegida.



## 5 ¿Necesitas más información?

Si te quieres vacunar:

Actualiza tus **datos personales y de contacto** en La Meva Salut para que nos podamos poner en contacto contigo si es necesario o para recibir las convocatorias de vacunación. Si todavía no te has dado de alta, puedes hacerlo en [lamevasalut.gencat.cat/alta](http://lamevasalut.gencat.cat/alta).

**/ Para encontrar información actualizada:**

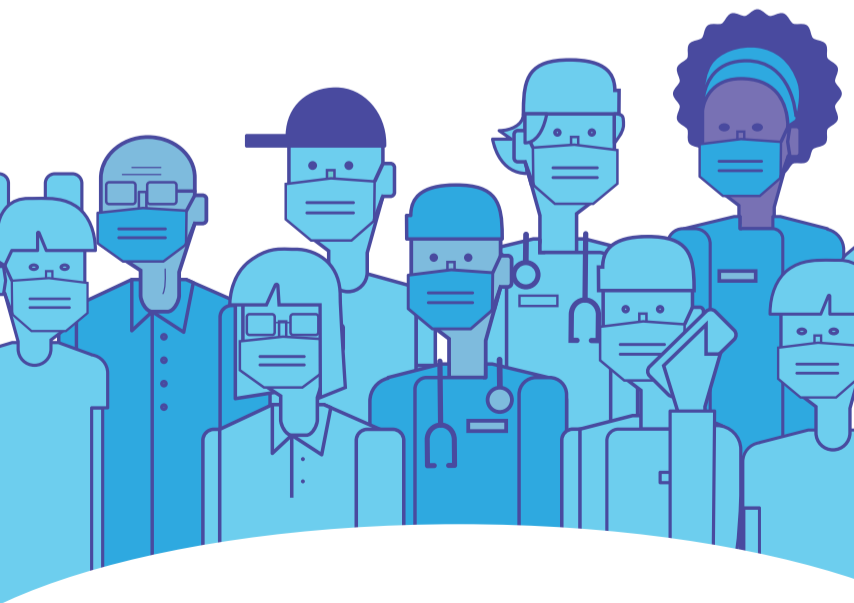
- [Web de la campaña de vacunación.](#)
- [Web del Canal Salut.](#)

Si solo quieres consultar información del proceso de vacunación, abre el documento de [este enlace](#)

Si tienes **alguna otra duda**, ponte en contacto con el **061**.

Síguenos en las redes sociales y **comparte tu experiencia** de vacunación con

**#JoEmVacuno #Avancem**



**/Salut**



**Generalitat  
de Catalunya**