



GUÍA DE COVID-19

Vacunas contra el COVID-19 para niños: Consejos para padres y tutores

Última actualización: 26 de octubre de 2021

Las vacunas constituyen la línea de defensa más robusta que podemos ofrecerles a los niños para protegerse contra el COVID-19 y otras enfermedades prevenibles. A la fecha, solamente los niños de 12 años en adelante pueden vacunarse contra el COVID-19. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) han aprobado la vacuna Pfizer para la inmunización de niños y adolescentes de entre 5 y 17 años de edad. He aquí algunos consejos y recursos que ayudarán a brindarle a su niño una experiencia de vacunación positiva.

Consejos

PLANIFIQUE

- Elija el sitio donde su niño se vacunará.
 - Pregúntele al proveedor de atención médica de su niño si aplican vacunas contra el COVID-19 en su consultorio.
 - También puede informarse en la escuela de su niño para averiguar si tienen previsto organizar clínicas de vacunación para los alumnos.
 - Recuerde que hay muchos otros [proveedores en todo Colorado que ofrecen vacunas](#) para niños de 12 a 17 años.
- Consulte con el proveedor de atención médica de su niño o con su agencia local de salud pública sobre cualquier pregunta que tenga. Su hijo podrá recibir sin riesgo otras vacunas de rutina el mismo día que se vacune contra el COVID-19. Por ende, le será posible incluir en su cita otras vacunas habituales, esenciales para proteger a su niño contra otras enfermedades.
 - [COVaxRecords.org](https://www.covaxrecords.org) - Acceda al registro de inmunización de su niño.
 - [COVax4Kids.org](https://www.covax4kids.org) - Averigüe dónde hallar vacunas gratuitas o de bajo costo
 - Haga clic aquí para buscar su [agencia local de salud pública](#).
 - Encuentre respuestas a sus preguntas sobre las vacunas contra el COVID-19 en la [página de preguntas frecuentes del CDPHE](#)
- Si lo necesita, pida tiempo libre en el trabajo. Conforme a la Ley de Familias y Lugares de Trabajo Saludables de Colorado, tiene derecho a tiempo libre remunerado para llevar a su niño a la cita de vacunación.

- Si no tiene previsto acompañar a su niño a su cita (es decir, si este se está vacunando en una clínica en la escuela), asegúrese de [firmar un formulario de consentimiento paterno](#) y de que su niño lo lleve a su cita.
- Después de que su niño reciba la primera dosis de la vacuna, asegúrese de programar la cita para la segunda dosis tres semanas después.

Escuche atentamente las preguntas de su niño y ayúdelo a entender lo que puede suceder en su cita.

- Es normal tener preguntas sobre algo novedoso como las vacunas contra el COVID-19. Si no tiene las respuestas a las preguntas de su niño, búsquenlas juntos usando fuentes de información fidedignas como los [CDC](#), [CDPHE](#) y la página web de [American Academy of Pediatrics' Healthy Children](#).
- Tenga cuidado de no prometerle al niño que la vacuna no va a dolerle o de tranquilizarlo sobremanera; esto podría dar a entender que usted está preocupado. Adopte esta actitud: muéstrese afectuoso, pero déle una descripción verosímil de lo que sucederá. Sí, le picará o dolerá un poco, pero esa sensación pasará rápidamente; además, la vacuna es importante para mantenerlo a él y a los demás seguros y sanos.
- Si lo considera útil, propóngale una recompensa que lo motive o preséntele opciones para que su niño sienta que tiene mayor control sobre la situación: ¿Quieres más información? ¿Qué música te gustaría escuchar en el coche mientras vas camino a tu cita? ¿En qué brazo o pierna quisieras que te apliquen la vacuna?
- En los días anteriores a la cita, recuérdale que la fecha se acerca para que no lo tome por sorpresa el día de la vacunación. Esto le dará a su niño nuevas oportunidades para formular otras preguntas que le vinieron a la mente después de su charla inicial.
- Las vacunas autorizadas contra el COVID-19 para niños de entre 5 y 17 años se aplican en un esquema de dos dosis. Hable con su niño y ayúdelo a entender que necesitará dos dosis de la vacuna para estar sano y a salvo del virus.

¿Miedo a las agujas?

- Cuando llegue a su cita, hágale saber al personal de salud que las agujas ponen nervioso a su niño. La ansiedad ante las agujas es algo común; por eso muchos proveedores están acostumbrados a calmar y distraer a los pacientes para que tengan una experiencia más positiva. Por su parte, usted puede traer estos objetos o hacer lo siguiente para ayudar:
 - Traiga un animal de peluche o un libro que tranquilice a su niño.
 - Jueguen a un juego o vean juntos un vídeo divertido.
 - Cuente, cante una canción o haga burbujas para fomentar la respiración profunda.
- El Hospital Infantil de Colorado tiene [7 consejos para ayudar a su niño a superar el miedo a las vacunas](#).

Tal vez a usted tampoco le gustan las vacunas. ¡Estos consejos también pueden ayudarlo a usted a calmarse!

Durante la cita:

- Señale las cosas interesantes que hay en la habitación para crear distracciones.
- Cuénteles o léales cuentos, jueguen a un juego o vean un vídeo juntos.

- Asista a su niño si se pone a llorar. Una voz tranquilizadora, en combinación con halagos y abrazos, ayudará a calmarlo y sentir que todo está bien.
- Antes de retirarse, consulte con el médico de su hijo sobre el uso de analgésicos sin aspirina y cosas que puede hacer en casa para reconfortar a su niño.

Después de la cita:

- Haga hincapié en lo que salió bien. Celebre el éxito de su niño y recompénselo por haber dado un paso importante para mantenerse a sí mismo y a los demás seguros y sanos.
- Si su niño se siente un poco decaído debido a los efectos secundarios de la vacuna, hágale saber que su cuerpo está aprendiendo cómo luchar contra el COVID y practicando por si se infecta. Padecer efectos secundarios es algo común; estos solo durarán uno o dos días.
- Registre a su hijo en [V-safe](#), una herramienta que funciona con su teléfono inteligente enviando mensajes de texto y encuestas en la web para ofrecer controles de salud personalizados tras la vacunación de su niño. V-safe ayuda a los CDC a controlar la seguridad de las vacunas casi en tiempo real y manda recordatorios sobre las segundas dosis.
- Si su niño necesita quedarse en casa para recuperarse de los efectos secundarios, usted puede ausentarse del trabajo para cuidarlo. En efecto, conforme a la Ley de Familias Sanas y Lugares de Trabajo Saludables de Colorado, tiene derecho a tiempo libre remunerado para llevar a su niño a la cita de vacunación y a cuidarlo si este experimenta efectos secundarios causados por la vacuna.
- Mientras su niño se recupera de los efectos secundarios, ofrézcale líquidos con más frecuencia. Es normal que algunos niños coman menos durante las 24 horas posteriores a la aplicación de las vacunas.
- Guarde la tarjeta de vacunación de su niño en un lugar seguro. Sáquele una foto o haga copia en caso de que se le pida una prueba de vacunación. Recuerde llevar la tarjeta original a la cita de su segunda dosis.
- Asegúrese de que su niño reciba la segunda dosis tres semanas después de la primera.
- Después de la segunda dosis, envíe una copia de la tarjeta de vacunación del niño al consultorio de su pediatra (si no fue este quien se la aplicó) para que se añada a su historia clínica. Es posible que también tenga que enviar una copia a la Oficina de Salud del colegio o instituto donde acude su niño.

Recursos adicionales

Por lo general, los niños se adaptan y amoldan a nuevas situaciones cuando reciben amor, orientación y apoyo por parte de quienes los cuidan y de sus seres queridos.

Los cuidadores y otros adultos que los atienden también pueden ayudar a los niños ocupándose de su propio bienestar. Por esta razón, hemos proporcionado algunos recursos locales y nacionales para apoyarlo a usted, a sus niños y a la salud mental de sus familias. Note que estos recursos están disponibles en inglés.

- [Cómo preparar a su hijo para la vacuna contra el COVID-19](#) (American Academy of Pediatrics)
- [Antes, durante y después de la inyección](#) (CDC)
- [Consejos para padres y cuidadores](#) (American Psychological Association)

- ["It's OK to just be OK"](#): blog del Dr. Chris Rogers, Director Médico de *Child & Adolescent Services at the Medical Center of Aurora* y el actual presidente de *Colorado Child & Adolescent Psychiatric Society*.
- [Guidance for parents/caregivers to help families cope with the COVID-19 pandemic](#) (*National Child Traumatic Stress Network*): información sobre cómo las familias pueden prepararse para enfrentar los cambios ocasionados por el COVID-19 y cómo combatir el estrés, en particular las reacciones debidas al estrés que se observan en los diferentes grupos etarios, así como las prácticas y respuestas que pueden ayudar a los niños que tienen estas reacciones.