

Hablemos de COVID-19

Un Taller Comunitario de Prevención del COVID-19

Guía para el Líder

Actualizada: mayo 2024

Traducido por UAMS Centros de Alfabetización Sanitaria

Tabla de Contenidos

Todos los materiales están disponibles en el sitio web de la Coalición para la Inmunización de Arkansas: <https://www.immunizear.org/vaccine-workshop-toolkits>

1. Objetivo e instrucciones generales

2. Preparación para el Taller

- a. Piense en su audiencia
- b. Decida la fecha, la hora, y el lugar
- c. Anuncie el evento
- d. Reúna los materiales de enseñanza
- e. Prepare su salón
- f. Prepárese a usted mismo
- g. Otras consideraciones

3. El Taller

- a. Presentación
- b. Información general
- c. ¿Qué es el COVID-19?
 - ¿Cómo sabré si tengo COVID-19?
- d. ¿Cómo puede mi familia mantenerse sana
 - Cómo lavarse las manos de manera efectiva
 - Cómo usar el desinfectante para manos
 - ¿Qué más podemos hacer?
- e. ¿Qué debo hacer si me enfermo?
 - No contagie el COVID-19: quédese en casa
- f. Hablemos de las vacunas contra el COVID-19
 - ¿Sabía usted qué?
 - Todos corremos el riesgo de contraer COVID-19
 - Algunas personas tienen más riesgo de enfermarse gravemente
- g. Preguntas Frecuentes
- h. Repasemos
- i. Cosas para tener en cuenta
- j. ¿Dónde puedo vacunarme contra el COVID-19?
- k. ¡Gracias!

4. Después del Taller

- a. Rellene la encuesta de Resumen del líder

1. Objetivo e instrucciones generales

Objetivo: Los participantes podrán describir los síntomas del COVID-19 y explicar los pasos que pueden tomar para prevenir su transmisión. También esperamos que los participantes puedan y quieran vacunarse contra el COVID-19 al finalizar el taller de prevención, si son elegibles.

Use este Manual para el líder como una guía general para la presentación del taller.

Este manual está diseñado para acompañar la presentación de PowerPoint titulada: “Hablemos de COVID-19”, así como el folleto “Hablemos de COVID-19”. Sin embargo, tenga en cuenta que esta Guía del líder se puede utilizar para presentar la información del folleto sin usar la presentación de PowerPoint.

Siéntase con la libertad de adaptar su presentación a su audiencia. El taller está diseñado para que no dure más de una hora, pero puede ser flexible.

Es posible que los participantes con un nivel de estudios más alto no necesiten descripciones o demostraciones detalladas de los conceptos. Algunas instrucciones están diseñadas para ayudar a explicar más detalladamente a las personas que no estén familiarizadas con algunos conceptos o palabras del vocabulario.

2. Preparación del Taller

La planificación le ayudará a que su taller sea un gran éxito.

A) Piense en su audiencia.

Si está planeando un taller para personas que no hablan bien inglés, deberá tener en cuenta lo siguiente:

- ¿Necesita conseguir un intérprete?
- ¿Están los materiales del taller traducidos al idioma adecuado?

Si lo está planeando para adultos mayores, considere lo siguiente:

- ¿Es el salón accesible para personas con discapacidades?
- ¿Tiene buena acústica o necesitará un equipo de sonido?
- ¿Hay estacionamiento de acceso fácil?
- ¿Es mejor hacer el taller por la mañana o la tarde?

Otras consideraciones:

- ¿Tiene su audiencia necesidades especiales?
- ¿Cuál es el mejor día y hora?
- ¿Será conveniente para ellos la ubicación de su salón?
- ¿Necesitará proporcionar servicios de guardería?
- ¿Serán los bocadillos que sirva del gusto del público?

B) Decida la fecha, la hora y el lugar.

- Asegúrese de que no haya otros eventos importantes programados para su fecha.
- Trate de que su taller sea en un lugar cerca del acceso a transporte público, si es posible.
- Si hay varios participantes del mismo lugar de trabajo, pregunte a la empresa si le permiten organizar el taller en el lugar de trabajo durante el tiempo de descanso (break) o al terminar el horario de trabajo.
- Si planea usar la presentación de PowerPoint que se le ha proporcionado, asegúrese de tener acceso a:
 - Una computadora laptop
 - Un proyector
 - Una pantalla o pared con fondo blanco

C) Anuncie el evento.

- Ponga un anuncio en los boletines informativos de su organización y otras organizaciones con las cuales su audiencia pueda estar afiliada.
- Haga hincapié que el taller es **GRATUITO**.
- Coloque volantes donde crea que su audiencia pueda verlos.
 - En el sitio web puede encontrar un volante que puede editar.
- Envíe un comunicado de prensa sobre su taller a su periódico local.
 - En el sitio web puede encontrar un comunicado de prensa que puede editar.

D) Reúna los materiales de enseñanza

- Imprima suficientes copias del folleto “Hablemos de COVID-19”, para cada asistente.
- Imprima una copia de la “Hoja de Inscripción”.
- Imprima los “Formularios de Permiso para el Uso de Fotografías”, si va a tomar fotografías o utilizar frases dichas por los participantes.
- Tenga plumas o lápices disponibles para animar a los participantes a escribir en las hojas del folleto.
- Opcional: Obtenga gafetes en blanco y marcadores (Sharpie) para que los asistentes escriban su nombre.

E) Prepare el salón.

- Asegúrese de tener señalamientos para dirigir a las personas al salón del taller.
- Prepare el salón para que sea cómodo (temperatura, sillas del tamaño adecuado, etc.).
- Asegúrese de que el salón sea lo suficientemente grande para el número anticipado de asistentes.
- Asegúrese de que todos puedan ver al presentador y a la pantalla/pared desde sus sillas (si usa PowerPoint).
- Considere la posibilidad de tener mesas para que los participantes puedan escribir fácilmente en su copia del folleto.
- Asegúrese de que la iluminación sea apropiada.
- Pruebe el equipo de presentación con anticipación.
- Coloque una mesa de inscripción con lo siguiente:
 - *“Hoja de Inscripción”*
 - *Folleto “Hablemos de COVID-19”*
 - Opcional:
 - Gafetes en blanco para los participantes
 - *“Formulario de Permiso para el Uso de fotografías”*
 - Es posible que necesite que los asistentes lo firmen si va a tomar fotografías o usar frases dichas por los participantes.

F) Prepárese a usted mismo.

- Revise la presentación de PowerPoint y las notas.
- Personalice la diapositiva de PowerPoint titulada "Presentación" (diapositiva 2) con su información.
- Familiarícese con el folleto "Hablemos de COVID-19".
- Piense acerca de los momentos de su vida que está dispuesto a compartir y que estén relacionados con los temas que va a presentar.
 - A los adultos les interesa aprender cosas prácticas que se apliquen a la vida real.
 - Personalizar la información ayuda a hacerla más interesante.
 - Esto le ayudará a parecer más amigable y accesible.
- Piense en las posibles preguntas que puedan surgir y en cómo las contestará.
- Piense en su comunicación no verbal. Puede mostrar calidez y amabilidad por medio de:
 - Sus expresiones faciales
 - Su tono de voz
 - Su lenguaje corporal
- Piense en presentarse con una actitud positiva, especialmente ante las preguntas que surjan.
 - **¡No existen preguntas incorrectas, todas son válidas!**

G) Otras consideraciones.

- ¿Le gustaría ofrecer bocadillos durante el taller?
- ¿Quiere programar vacunas contra el COVID-19 después del taller?
 - Si es así, póngase en contacto con una farmacia o clínica de vacunación. Para más información sobre la planificación de vacunas contra el COVID-19 administradas en su taller, consulte el documento "Establecimiento de Clínicas de Vacunación contra el COVID-19 en el Sitio" en el documento "Documentos adicionales" en la sección Kit de herramientas para el COVID-19 en el sitio web: <https://www.immunize.org/vaccine-workshop-toolkits>
- Esté preparado para informar a los asistentes dónde pueden vacunarse contra el COVID-19.

3. El Taller

Salude a las personas y desles la bienvenida cuando entren al salón. Pídeles que tomen un gafete de la mesa de inscripción, y que escriban su nombre para que pueda llamarles por su nombre si tienen preguntas durante la presentación. Pídeles que llenen la “Hoja de inscripción” y el “Formulario de Permiso para el Uso de Fotografía” (si planea tomar fotografías).

Diapositiva 1- Hablemos de COVID-19

Debe mostrar esta diapositiva a medida que las personas llegan y se acomodan.

Empiece el taller a tiempo y termínelo a tiempo. El taller está diseñado para no durar más de una hora. Al ser puntual, demostrará respeto por su audiencia y su tiempo. Una vez que todos se hayan sentado y parezcan estar cómodos, diríjase al frente del salón e inicie con presentaciones.

Diapositiva 2 - Presentaciones

Preséntese a usted mismo. Diga su nombre, su puesto, y la organización a la que representa. Proporcione cualquier información adicional sobre su organización que desee compartir. Siéntase con la libertad de personalizar la Diapositiva 2 de la presentación de PowerPoint “Hablemos de COVID-19” con su foto e información personal.

Luego, sugiera hacer un ejercicio para que los participantes se presenten. Si tiene un grupo muy grande, quizá solo quiera hacer que las personas digan su nombre. Puede tomar un enfoque diferente con un grupo que ya está familiarizado con las vacunas contra el COVID-19, que con uno que tiene cierta ansiedad por vacunarse. Si tiene un grupo más pequeño, puede hacer un ejercicio como el siguiente:

Ejemplo de ejercicio introductorio:

- Pida que los participantes hagan pareja con alguien que no conozcan.
- Pida que entrevisten a su pareja y aprendan:
 - Su nombre
 - Su ocupación
- Pida a cada persona que, por turno, presenten a su pareja al grupo

Diapositiva 3 – Información General

Diga: “Hoy estaremos hablando acerca de:

- Qué realmente es el COVID-19
- Cómo mantener sana a su familia
- Qué debe hacer si se enferma
- Hablaremos de las vacunas contra el COVID-19
- Preguntas e inquietudes comunes

Después, se referirá a los folletos “Hablemos de COVID-19”. Si no se entregaron los folletos inicialmente en la mesa de inscripción, deberá distribuirlos ahora. Asegúrese de que todos tengan una copia.

Diapositiva 4 – ¿Qué es el COVID-19? (Página 1 del Folleto)

Diga: “Vamos a hablar acerca del COVID-19. Por favor, vayan a la página 1 de su folleto. Mirando la página 1, ¿alguien me puede decir qué causa el COVID-19?” (Si nadie levanta la mano, refiérase a la primera frase: “El COVID-19 es causado por un virus”). Su respuesta podría ser: “Sí, muy bien. El COVID-19 es causado por un germen llamado virus. Otro tipo de germen se llama bacteria. Las enfermedades causadas por bacterias se tratan con antibióticos. Quizá en algún momento ustedes hayan tenido un dolor de garganta causado por una bacteria, como una infección causada por estreptococos, y les hayan dado un antibiótico. Los antibióticos sólo funcionan para eliminar las bacterias. Dado que el COVID-19 es causado por un virus, un antibiótico no eliminará el COVID-19. Sin embargo, existen algunas opciones de tratamiento para el COVID-19. La gripe y el COVID-19 tienen síntomas muy similares, pero los síntomas del COVID-19 pueden tardar más en aparecer después de haber estado expuesto. Usted puede transmitir la enfermedad entre 2 y 3 días antes de mostrar síntomas de COVID-19”.

Recurso: (<https://www.cdc.gov/flu/symptoms/flu-vs-covid19.htm>) consultado en mayo 5, 2024

Diapositiva 5 – ¿Cómo sabré si tengo COVID-19? (Página 1 del Folleto)

Diga: “¿Puede alguien decirme algunos de los síntomas o lo que se siente cuando alguien se enferma con COVID-19?” Las respuestas que podría recibir, sin ningún orden en particular, son:

- Fiebre
- Escalofríos
- Falta de aire o dificultad para respirar
- Fatiga o somnolencia
- Dolor de cuerpo o muscular
- Dolor de cabeza
- Dolor de garganta
- Goteo o congestión nasal
- Náuseas o vómitos
- Diarrea
- Nueva pérdida del gusto o del olfato.

“¿Puede Alguien decirme qué se siente cuando tiene fiebre, escalofríos o dolores de cuerpo?” Las respuestas podrían ser:

- Fiebre
 - Su cuerpo se siente caliente
 - La temperatura es mayor a los de 100.4 F - 38 C
 - Su cuerpo se siente frío (seguido de una sensación de calor)
 - Sudoración
- Escalofríos
 - Sensación de frío
 - Temblor del cuerpo
- Dolor en el cuerpo
 - Dolor en los músculos o los huesos

Diapositiva 5 – ¿Cómo sabré si tengo COVID-19? (Página 1 del Folleto)

Diga: “Otros síntomas de COVID-19 podrían ser:

- Cansancio
 - Sentirse muy cansado o con sueño
- Dolor de cabeza (Señale la cabeza)
 - Dolor en la cabeza
 - Dolor en el cuello
- Dolor de garganta (señale la garganta)
 - Dolor en la garganta
 - Voz que suena rara
- Goteo o congestión nasal (señale la nariz)

“Si tiene alguna combinación de estos síntomas, especialmente si tiene fiebre, debe acudir al consultorio médico o farmacia y hacerse la prueba de COVID-19. Algunas farmacias ofrecen pruebas de COVID-19 y pueden recetar tratamientos. Hacerse la prueba es la única manera de saber si tiene COVID-19”.

Diapositiva 6 – ¿Cómo puede mi familia mantenerse saludable? (Página 2 del Folleto)

Diga: “Por favor, vayan a la página 2 de su folleto. El COVID-19 puede transmitirse muy fácilmente de una persona a otra. Los gérmenes pueden transmitirse fácilmente a través de un estornudo o al tocar superficies con gérmenes. Es importante prevenir ese contagio para que usted y su familia se mantengan sanos. Si una persona se enferma, pone a todas las demás personas en riesgo de contraer COVID-19, incluyendo a sus familiares y otros seres queridos. Afortunadamente, hay formas sencillas de prevenir que todos nos enfermemos y experimentemos esos síntomas que acabamos de mencionar. Debe lavarse las manos con agua y jabón, pero si no tiene acceso a estos, puede usar un desinfectante para manos hecho a base de alcohol. Tosa o estornude en su codo, o use un pañuelo desechable. Manténgase al día con las vacunas contra el COVID-19 recomendadas para usted”.

Diapositiva 7 – Cómo lavarse las manos de manera efectiva (página 2 del Folleto)

Diga: “Estoy seguro de que todos ustedes saben cómo lavarse las manos, pero revisemos cómo lavarse las manos bien para eliminar los gérmenes”.

1. Trate de usar agua tibia, de la llave, para mojarse las manos.
2. Frótese las manos para crear espuma o burbujas de jabón.
3. ¿Alguien sabe por cuánto tiempo hay que lavarse las manos? Es recomendable frotarse las manos con agua y jabón por al menos 30 segundos, o el tiempo que se tarda uno en cantar, dos veces, la canción de “Feliz cumpleaños a ti”.
4. Después de cantar y frotarse las manos por 30 segundos, enjuáguelas completamente con agua.”

Nota para el Presentador: Considere la posibilidad de usar un cronómetro para mostrar cuánto duran 30 segundos, al mismo tiempo que canta la canción de “Feliz cumpleaños a ti”. Esto puede ayudar a las personas a darse una idea de cuánto duran realmente 30 segundos. Si tiene un grupo étnico específico, y conoce una canción que pueda ser más culturalmente apropiada, use esa canción. También puede pedir al grupo que proponga otra canción que prefieran usar.

Diapositiva 8 – Y... (Página 2 del Folleto)

Diga: “Una vez que sus manos estén limpias, use una toalla de papel o un secador de aire para secárselas. Si puede, use la misma toalla de papel para cerrar la llave del agua. ¿Alguien sabe por qué es una buena idea hacer esto?”

Las respuestas pueden incluir:

- Puede que haya gérmenes en la manija de la llave del agua de alguna otra persona.
- Puede que usted haya tocado la manija con sus manos llenas de gérmenes antes de lavárselas y ahora esos gérmenes podrían regresarse otra vez a sus manos.

Diga: “Si tiene las manos muy sucias y puede ver lo sucias que están, debe lavárselas con agua y jabón”

Diapositiva 9 –Cómo usar el desinfectante para manos (Página 2 del Folleto)

Diga: “Si no puede usar agua y jabón para lavarse las manos, puede usar un desinfectante para manos. Estos actúan rápidamente y también eliminan los gérmenes de las manos. Para usar el desinfectante para manos:

- Coloque un poco en la palma de sus manos (muestre la palma de su mano) y asegúrese de usar suficiente para cubrir ambas manos por completo.
- Frótese las manos.
- Fróteselas por completo, incluyendo sus dedos.
- Siga frotándose las manos hasta que se sequen por completo”.

Diapositiva 10 – ¿Qué más podemos hacer? (Página 2 del Folleto)

Diga: “Sabemos cómo deshacernos de los gérmenes una vez que llegan a nuestras manos, pero ¿qué debemos hacer para evitar transmitir los gérmenes si tosemos o estornudamos? ¿Qué debe hacer usted?

Las respuestas pueden incluir:

- Cubrirse la boca al toser o estornudar con un pañuelo desechable
- Toser o estornudar en su codo

Diga: “Si tose o estornuda en un pañuelo desechable, tírelo de inmediato y lávese las manos en seguida. Para evitar transmitir los gérmenes, NO tosa ni estornude en sus manos”.

Diapositiva 11 – Y... (Página 2 del Folleto)

Diga: “Si sabe que alguien tiene COVID-19, manténgase alejado de esa persona. Trate de mantenerse al menos a 6 pies (1.8 metros) de distancia de alguien que esté enfermo. Si alguien tiene síntomas de COVID-19, no se arriesgue a contagiarse también. Simplemente manténgase alejado de esa persona”.

Diga: “De hecho, las personas con COVID-19 pueden transmitirlo a otras personas unos días **antes** de que presenten síntomas, por lo que es difícil evitar a todas las personas con COVID-19”.

Diapositiva 12 – ¿Qué debo hacer si me enfermo? (Página 3 del Folleto)

Diga: “Veamos la página 3 de su folleto. Es importante que se quede en casa y descance si se enferma con COVID-19”.

Pregunte: “¿Cuál podría ser una buena razón para salir de casa aunque tenga COVID-19?”

Después de escuchar las respuestas, podría decir: “Una de las únicas razones para salir de casa sería para ir a una cita médica. La mayoría de los consultorios médicos y algunas farmacias pueden realizar una prueba de COVID-19 y pueden recetarle medicinas. Si está enfermo, asegúrese de usar un cubrebocas siempre que salga de casa, incluso en el consultorio médico y en la farmacia”.

Diapositiva 13 – No contagie el COVID-19: quédese en casa (Página 3 del Folleto)

Diga: “Quédese en casa hasta que sus síntomas hayan mejorado y su fiebre haya desaparecido durante 24 horas completas, lo que equivale a un día entero. Esas 24 horas sólo cuentan si no está tomando medicinas para bajar la fiebre, como Tylenol o ibuprofeno. Es importante limitar el contacto con otras personas mientras se tiene COVID-19 para evitar que se enfermen. Esto significa quedarse en casa sin acudir a sus compromisos (trabajo, escuela, etc.). Y mientras esté en casa, es importante que se mantenga alejado de los demás miembros de la familia en el hogar o ellos también correrán un alto riesgo de contraer COVID-19. Tómese la temperatura durante este tiempo con un termómetro. La temperatura normal para la mayoría de los adultos y niños es 98.6 F (o 37.0 C). Una vez que su temperatura vuelva a la normalidad (sin tomar medicinas para bajar la fiebre), y sus síntomas hayan mejorado, espere un día completo antes de salir de casa. Hasta entonces, podría poner a otras personas en riesgo de contraer COVID-19”.

Diapositiva 14 – Y... (Página 3 del Folleto)

Diga: “Es importante que descance todo lo que pueda mientras esté en casa. También podría tomar medicinas de venta libre para sus síntomas, incluso para bajar la fiebre. Sin embargo, debe hablar con su farmacéutico antes de tomar cualquier medicina sin receta. Asegúrese de beber mucha agua. Lávese las manos con regularidad”.

Diapositiva 15 –Hablemos de las vacunas contra el COVID-19 (Página 4 del Folleto)

Diga: “Ahora veamos la página 4 del folleto y hablemos sobre las vacunas contra el COVID-19. Se recomiendan las vacunas contra el COVID-19 para todas las personas a partir de los 6 meses de edad. Usted y su doctor, enfermera o farmacéutico deben hablar sobre qué vacuna contra el COVID-19 es la mejor para usted”.

Diga: **“Mantenerse al día con las vacunas contra el COVID-19 recomendadas es la mejor manera de mantenerse protegido contra el COVID-19.** Estas vacunas son seguras y funcionan bien para evitar que usted se enferme gravemente a causa del COVID-19”.

Diapositiva 16 - ¿Sabía usted que...? (Página 4 del Folleto)

Diga: “Las vacunas contra el COVID-19 enseñan a su cuerpo a combatir al virus del COVID-19. Enseñan a su sistema inmunológico, la parte de su cuerpo que lucha contra las enfermedades, a reconocer y eliminar el COVID-19. Así que, se espera que si una persona que ha recibido una vacuna entre en contacto con el virus, su cuerpo sepa exactamente qué es y elimine los gérmenes del COVID-19, evitando que se enferme.

A veces, la vacuna no es suficiente para evitar que una persona se enferme de COVID-19. Pero, en ese caso, la vacuna puede ayudar al cuerpo a combatir el virus COVID-19 lo suficiente como para evitar que la persona termine en el hospital o que muera a causa del COVID-19”.

Diapositiva 17 – Todos corremos el riesgo de contraer COVID-19 (Página 5 del Folleto)

Diga: “Veamos la página 5 de su folleto.

Todos corremos el riesgo de enfermarnos con COVID-19. Esto incluye a las personas que han estado enfermas con COVID-19 en el pasado. No hay forma de saber qué tan enfermo se podrá. Si tuvo COVID-19 en el pasado y no se sintió muy mal, si vuelve a contagiarse, es posible que tenga síntomas peores. Sin embargo, si se mantiene al día con las vacunas contra el COVID-19 recomendadas, es mucho menos probable que termine en el hospital o que muera a causa de una infección por COVID-19”

Diapositiva 18 – Algunas personas tienen más probabilidades de enfermarse gravemente... (Página 5 del Folleto)

Diga: “Algunas personas tienen más probabilidades de enfermarse gravemente con COVID-19 si lo contraen. Esto incluye los siguientes grupos de personas:

- Personas mayores de 65 años
- Personas con sistemas inmunológicos debilitados
- Personas que fuman
- Personas embarazadas
- Africano Americanos
- Hispanos
- Nativos Americanos y Nativos de Alaska
- Personas con ciertos problemas de salud, que incluyen personas con:
 - Cáncer
 - Diabetes
 - Síndrome de down
 - Problemas cardíacos
 - Presión arterial alta
 - Problemas del riñón o hígado
 - Obesidad (sobrepeso)
 - Enfermedad de células falciformes

Tómese un segundo para pensar en esto... ¿A quién conoce que tenga más probabilidades de enfermarse gravemente de COVID-19?"

Diapositiva 19 – Preguntas Frecuentes (Página 6 del Folleto)

Diga: “Ahora repasaremos algunas preguntas comunes sobre las vacunas contra el COVID-19. Si tiene más preguntas sobre estas, consulte a su doctor, farmacéutico u otro proveedor de atención médica de confianza.

¿Es mejor vacunarse contra el COVID-19 o adquirir inmunidad natural al enfermarse por COVID-19?

Es mucho más seguro vacunarse contra el COVID-19. Si se enferma de COVID-19, obtendrá cierta inmunidad "natural". La inmunidad natural es la protección que se obtiene de una enfermedad cuando una persona se enferma. Los doctores no saben cuánto tiempo puede durar la inmunidad natural, ni qué tan bien le protege.

Si se enferma por COVID-19 y no está al día con las vacunas recomendadas, tiene más riesgo de:

- Síntomas graves
- Problemas de salud a largo plazo, incluso después de recuperarse
- Hospitalización
- Muerte”

Diapositiva 20 – Preguntas Frecuentes (Página 6 del Folleto)

Diga: “¿Causarán las vacunas contra el COVID-19 efectos a largo plazo?”

Los efectos a largo plazo son poco frecuentes en cualquier vacuna, incluidas las vacunas contra el COVID-19. Si tiene una reacción a una vacuna, es probable que ocurra dentro de las 6 semanas después de recibirla. Durante los ensayos clínicos de las vacunas COVID-19, se monitoreó a las personas durante más de 6 semanas para asegurarse de que no hubiera efectos dañinos a largo plazo”.

Diapositiva 21 – Preguntas Frecuentes (Página 6 del Folleto)

Diga: “**Pueden las vacunas contra el COVID-19 cambiar mi ADN?**”

No. Las vacunas, incluidas las llamadas “vacunas de ARNm”, no pueden cambiar su ADN de ninguna manera. Las vacunas enseñan a su sistema inmunológico a combatir el virus del COVID-19. Una vez que esto ocurre, su cuerpo ya no necesita los ingredientes de la vacuna. Su cuerpo los descompone y se deshace de ellos.

Diapositiva 22 – Preguntas Frecuentes (Página 6 del Folleto)

Diga: “**Cuáles son los ingredientes de las vacunas contra el COVID-19?**”

La mayoría de los ingredientes de las vacunas contra el COVID-19 también se encuentran en los alimentos. Estos incluyen grasas, azúcares y sales. Otros ingredientes son similares a los de otras vacunas.

Todas las vacunas contra el COVID-19 están libres de metales (como aluminio o mercurio). Ninguna de las vacunas contra el COVID-19 contiene huevo, gelatina, conservantes o látex.”

Diapositiva 23 – Preguntas Frecuentes (Página 7 del Folleto)

Diga: “**¿Puedo vacunarme contra el COVID-19 si estoy embarazada, intentando quedar embarazada o amamantando?**”

Sí. Las vacunas contra el COVID-19 son seguras y se recomiendan para mujeres que están embarazadas, que intentan quedar embarazadas o que están amamantando.

¿Puedo enfermarme de COVID-19 aunque me vacune? Sí, puede enfermarse de COVID-19 incluso después de haber recibido la vacuna contra el COVID-19. Sin embargo, es mucho menos probable que se enferme gravemente y termine en el hospital si esta vacunado”.

Diapositiva 24 – Repasemos (Página 7 del Folleto)

Diga: “Vayan a la página 7 de su folleto. ¿Ven las preguntas que aparecen en la parte de Verdadero o Falso? Encierren en un círculo la respuesta correcta conforme yo lea la pregunta”.

Diapositiva 25 – Revisemos (Página 7 del Folleto)

Diga:

- “1. Debe lavarse las manos con agua y jabón o usar un desinfectante para manos para deshacerse de los gérmenes. Encierre en un círculo la V si cree que esto es verdadero o la F si cree que es falso.
2. No puede enfermarse de COVID-19 si ya ha tenido COVID-19 anteriormente. ¿V o F?
3. Tiene más probabilidades de enferme gravemente de COVID-19 y terminar en el hospital si no está al día con las vacunas contra el COVID-19. ¿V o F?
4. Se ha demostrado que las vacunas contra el COVID-19 son seguras y efectivas para proteger a las personas de enfermarse gravemente de COVID-19. ¿V o F?

Diapositiva 26 – Revisemos (página 7 del Folleto)

Diga: “Ahora, corrijamos esta pequeña prueba”. (Puede preguntarle al grupo cuál es la respuesta correcta y por qué, antes de dar la respuesta correcta.)

1. Es verdad.
2. Es falso.
3. Es verdad.
4. Es verdad.

Diapositiva 27: Cosas para tener en cuenta (Página 8 del Folleto)

Diga: “Vayan a la página 8 del folleto y piensen en lo siguiente: ¿Qué dice su doctor sobre las vacunas contra el COVID-19? ¿En quién confía con respecto a su salud y por qué? Sólo USTED puede decidir qué hacer por usted y su familia. Es normal tener preguntas o miedos sobre las vacunas. Hable con su doctor, enfermera o farmacéutico acerca de sus inquietudes. Haga preguntas.”

Diapositiva 28 – ¿Dónde puedo vacunarme contra el COVID-19? (Página 9 del Folleto)

Diga: “Hable con su doctor, enfermera, farmacéutico o clínica de salud pública para obtener más información sobre dónde puede vacunarse contra el COVID-19. La vacuna contra el COVID-19 es rápida y fácil de obtener y le ayudará a usted y a su familia a mantenerse sanos”.

Nota para el Presentador: Si no se han hecho arreglos para poner vacunas a los participantes al finalizar el taller, sería útil que investigue las ubicaciones y horarios de las clínicas y/o farmacias locales que administran vacunas.

Comparta toda la información que tenga sobre los lugares de vacunación cercanos o dirija a los participantes a contactar su clínica local para averiguar dónde pueden obtener las vacunas. Los participantes del taller pueden anotar la información sobre dónde pueden vacunarse contra el COVID-19 en la página 9 del folleto.

Diapositiva 29 –¡Gracias!

Diga: “Nos gustaría agradecer a la Coalición de Acción de Inmunización de Arkansas por hacer posible este taller.

Si aplica, diga: “Si les gustaría ponerse la vacuna contra el COVID-19 antes de irse, tenemos personal en la parte de atrás del salón, de la clínica o farmacia _____ listos para ponérselas”.

4. Después del Taller

Después de su taller, por favor complete la Encuesta de Resumen del Líder. Esta encuesta está disponible en nuestra página web:

<https://www.immunizear.org/vaccine-workshop-toolkits>

Encuesta:

- Encuesta de Resumen del Líder: <https://www.surveymonkey.com/r/covid19-leader-summary>

