



INMUNO

FITNESS

prevención:



Mitos y verdades sobre la vacunación

GSK

Para más información consulte con su médico



Mitos y verdades sobre la vacunación

Las vacunas activan de forma segura y eficaz las defensas naturales del organismo para que este se proteja de numerosas enfermedades antes de entrar en contacto con ellas.¹ Sin embargo, aún existe mucho desconocimiento alrededor de las vacunas, **¿sabes distinguir entre mito y realidad?**

Si genero anticuerpos de forma natural, no necesito vacunarme.

✗ FALSO Aunque seamos capaces de producir anticuerpos ante una infección natural, para ello nos estamos enfrentando a los efectos dañinos de la enfermedad. Las vacunas aportan esa protección sin sufrir las consecuencias de las enfermedades.²

Vacunar a los niños en edades tempranas es más beneficioso.

✓ VERDADERO El sistema inmune de los más pequeños es más vulnerable a ciertas enfermedades. La mayoría de las vacunas se administran en edades muy tempranas para proteger precozmente frente a enfermedades muy dañinas como el tétanos o la enfermedad meningocócica.^{3,4}

La decisión de vacunarme es personal y no afecta al resto de la población.

✗ FALSO Cuantas más personas haya vacunadas en una población, los patógenos tendrán menos posibilidades de contagio ya que se encontrarán con muchas barreras inmunes.²

Las vacunas no son seguras.

✗ FALSO El proceso de aprobación de las vacunas está sujeto a gran cantidad de regulaciones y pruebas para evaluar su eficacia y seguridad. Como todos los medicamentos, pueden tener efectos secundarios poco frecuentes, como enrojecimiento de la piel en la zona de inoculación o fiebre.^{1,2}

Los niños pueden recibir dosis simultáneas de diferentes vacunas.

✓ VERDADERO La vacunación simultánea es una forma de acelerar el proceso de vacunación en la infancia, reduciendo el número de visitas al especialista. La efectividad de las vacunas no se ve afectada por la administración conjunta.^{1,2}

REFERENCIAS:

1. Organización Mundial de la Salud. Vacunas e inmunización: ¿qué es la vacunación?. [Internet]. 30 de agosto de 2021. [Acceso abril 2023]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/vaccines-and-immunization-what-is-vaccination?adgroupsurvey={adgroupsurvey}&gclid=Cj0KCQiA-q5meBhCyARIsAJrtDr5HI4_bgZFzDAjpU8VzX-JM8q7NHSNIFDCWITNTbeFZhEcXT6KvxVgaApgpEALw_wcB **2.** Unicef. 5 mitos sobre las vacunas. [Internet]. 21 de abril de 2022. [Acceso abril 2023]. Disponible en: <https://www.unicef.es/noticia/5-mitos-sobre-las-vacunas> **3.** Ministerio de Sanidad. Mitos y falsas creencias sobre las vacunas. [Internet]. [Acceso abril 2023]. Disponible en: <https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/vacunaciones/seguridad/mitos/home.htm#> **4.** European Centre for Disease Prevention and Control. Questions and answers about childhood vaccination. [Internet] [Acceso abril 2023]. Disponible en: <https://www.ecdc.europa.eu/en/immunisation-vaccines/childhood-vaccination/faq>

INMUNO

FITNESS

Si quieres seguir un estilo de vida Inmunofitness, recuerda tener en cuenta **estos cuatro pilares**: mantener una alimentación saludable, tener una vida activa, una mente sana y la prevención de enfermedades mediante la vacunación. **Para más información, consulta y revisa con tu médico el calendario vacunal.**

