



Ayudando a los adultos mayores a vacunarse contra el COVID-19: Herramientas para el socio

Índice

1. Un mensaje de la Autoridad de Salud de Oregon.....	1
2. Temas que puede discutir con las personas mayores	4
3. Infórmese antes de ir	9
4. Preguntas frecuentes.....	11
5. Plantilla de correo electrónico.....	17
6. Boletín informativo	19
7. Tarjetas sociales/copia infográfica	20

1. Un mensaje de la Autoridad de Salud de Oregon

La Autoridad de Salud de Oregon le agradece que ayude a los adultos mayores a vacunarse. Seguiremos añadiendo más información a estas herramientas. Nuestro objetivo es enviar actualizaciones dos veces por semana con la información más relevante.

Necesitamos su ayuda para garantizar que los adultos mayores obtengan la información que necesitan para vacunarse contra el COVID-19. El 8 de febrero de 2021, los adultos de 80 años o más podrán empezar a vacunarse contra el COVID-19. Los adultos mayores de 65 años podrán vacunarse en las próximas 3 semanas. Todos los adultos de 65 años o más podrán vacunarse a finales de febrero.

Las vacunas son escasas. En Oregon, hay más de 750,000 personas de 65 años o más. Todos los adultos mayores de Oregon podrán vacunarse, pero, la mayoría no podrán hacerlo durante varias semanas.

En las próximas semanas, sabemos que habrá más adultos mayores que quieran vacunarse que vacunas disponibles. **Le solicitamos su colaboración para comunicar estas expectativas a los adultos mayores.** Aunque los proveedores de las vacunas no pueden dar a todos los adultos mayores una cita tan pronto como lo deseen, podemos brindarles distintas formas de mantenerse actualizados sobre las vacunas y sobre los eventos sobre vacunas.

El 8 de febrero de 2021, la Autoridad de Salud de Oregon lanzará una nueva herramienta en vacunacovid.oregon.gov llamada **Get Vaccinated Oregon [Vacúnese en Oregon]**. Esta herramienta le permitirá a las personas el poder determinar si actualmente son elegibles para recibir una vacuna, y registrarse para recibir alertas por correo electrónico o notificaciones por mensaje de texto cuando sean elegibles. Cuando la persona se pueda vacunar, esta herramienta ayudará a dirigir a los usuarios a los eventos de vacunación que se encuentran en su área. Esta herramienta estará disponible para todos los habitantes de Oregon. El uso de esta herramienta no garantiza a los usuarios un turno específico para vacunarse. Cuando las personas cumplan con los requisitos, los usuarios notificados podrán utilizar la herramienta para encontrar un evento de vacunación en su zona.

Los condados de Multnomah, Washington, Clackamas, Columbia y Marion han creado herramientas más centralizadas para programar citas de vacunación. Estas herramientas están disponibles a través de la **Plataforma de Información sobre Vacunas** (Chat Bot (Bot conversacional)), un recuadro naranja en la parte inferior derecha de vacunacovid.oregon.gov. Varios condados han solicitado que esta herramienta siga sirviendo para ese propósito hasta que esta funcionalidad esté disponible en Get Vaccinated Oregon [Vacúnese en Oregon] en las próximas semanas. Esta herramienta está disponible en inglés y español.

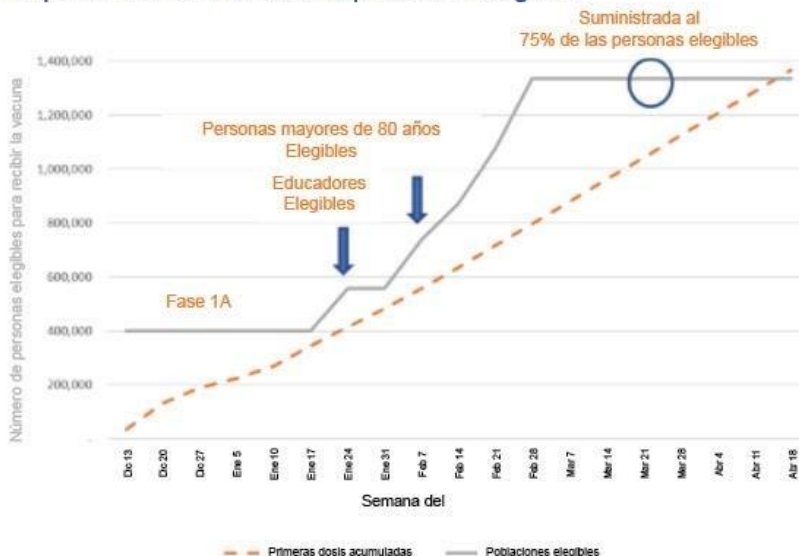
Esperamos que esto ayude a reducir la confusión y la frustración mientras trabajamos juntos para apoyar a los adultos mayores en un momento en el cual las vacunas siguen siendo críticamente escasas en los Estados Unidos, así como en Oregon.

Más de 115,000 personas de 60 años o más ya se han vacunado debido a su condición de trabajador sanitario, educador u otro grupo que ya es elegible. Las autoridades sanitarias estatales calculan que les tomará semanas el vacunar a más de 7 de cada 10 adultos de 65 años o más. A continuación, se muestra una gráfica que explica la situación actual del total de personas que pueden vacunarse

frente al suministro total de vacunas acumulado a lo largo del tiempo aquí en Oregon:

Previsión de alto nivel

Suministro de la primera dosis frente a La población elegible



Todos los adultos mayores podrán vacunarse para finales de febrero. Estas son las fechas en las que los adultos de 65 años o más pueden empezar a vacunarse:

Quién	Cuándo	Número aproximado de adultos	Fase
80 años en adelante	8 de febrero	168,000	1B, Grupo 2
75 años en adelante	15 de febrero	134,000	1B, Grupo 3
70 años en adelante	22 de febrero	206,000	1B, Grupo 4
65 años en adelante	1 de marzo	258,000	1B, Grupo 5

Usted puede ayudar a que el proceso de vacunación sea mejor para los adultos mayores

Desde el comienzo de la pandemia, Oregon le ha dado prioridad a la protección de los adultos mayores. Aunque cada muerte por COVID es trágica, Oregon tiene la segunda tasa más baja de infección por COVID-19 entre las personas mayores, y la tercera tasa más baja de mortalidad entre las personas mayores de la nación.

Su colaboración ha ayudado a salvar vidas. Nos comprometemos a compartir más información con usted a medida que continuemos desplegando el programa de vacunación de Oregon. Gracias por todo lo que están haciendo.

2. Temas que puede discutir con las personas mayores

A continuación, se presentan varios temas de conversación que puede utilizar para comunicarse con los adultos mayores.

- **La pandemia ha cobrado un saldo alto en los adultos mayores.** El plan de vacunación del estado le da prioridad a los adultos mayores, ya que pueden sufrir consecuencias de salud potencialmente mortales si se exponen al virus.
- **Todos los adultos mayores de Oregon podrán vacunarse, pero, la mayoría no podrán hacerlo durante varias semanas.**
 - Por favor, tenga paciencia.
 - Habrá más adultos mayores que quieran vacunarse que vacunas disponibles. Las autoridades sanitarias estatales calculan que les tomará semanas el obtener las vacunas suficientes para vacunar a más de 7 de cada 10 adultos de 65 años o más.
 - Esto significa que usted puede estar en un grupo que *puede* recibir una vacuna, pero, aún tendría que esperar. Todo depende de cuántas vacunas envíe el gobierno federal a nuestro estado.

- **Lo más probable es que no consiga una cita de inmediato.**
Las vacunas son escasas, pero, el estado recibe más dosis cada semana. Con el tiempo, todas las personas que deseen obtener una cita para recibir una vacuna la obtendrán, solo va a tomar tiempo. Aunque los proveedores de vacunas no pueden otorgarle una cita tan pronto como usted lo desea, podemos brindarle distintas formas de estar al pendiente de la información y de los eventos sobre vacunas.

Hay dos formas principales de informarse sobre la vacunación:

- **NUEVAS FUNCIONES en vacunacovid.oregon.gov:** La página web de vacunación de la Autoridad de Salud de Oregon (OHA, por sus siglas en inglés) contiene datos sobre las vacunas contra el COVID-19. **A partir del 8 de febrero de 2021**, la Autoridad de Salud de Oregon incluirá una nueva herramienta en covidvaccine.Oregon.gov llamada **Get Vaccinated Oregon [Vacúnese en Oregon]**. Esta herramienta le permitirá a las personas el poder determinar si actualmente son elegibles para recibir una vacuna, así como registrarse para recibir alertas por correo electrónico o notificaciones por mensaje de texto cuando sean elegibles. Cuando la persona se pueda vacunar, esta herramienta ayudará a dirigir a los usuarios a los eventos de vacunación que se encuentran en su área. Esta herramienta estará disponible para todos los habitantes de Oregon. El uso de esta herramienta no garantiza a los usuarios un turno específico para vacunarse. Cuando las personas cumplan con los requisitos, los usuarios notificados podrán utilizar la herramienta para encontrar un evento de vacunación en su zona.
 - **A partir del 5 de febrero de 2021**, la información sobre las vacunas según el condado será actualizada en nuestra página web, en vacunacovid.oregon.gov, para incluir información específica sobre en dónde puede un adulto mayor acceder a la vacuna en su área.
 - **211:** Las personas mayores de Oregon también pueden enviar un mensaje de texto con la palabra ORCOVID al 898211 para recibir actualizaciones por medio de mensajes de texto/SMS (únicamente en inglés y en español) o enviar un correo electrónico a ORCOVID@211info.org si no pueden obtener una respuesta a su pregunta sobre la vacuna contra el COVID-19 en la página web, por medio de mensaje de texto o por correo electrónico, pueden llamar al 211 o al 1-866-698-6155, en donde se les atenderá todos los días de 6 a.m a 7 p.m., incluyendo los

días festivos. Tenga en cuenta que los tiempos de espera pueden ser largos debido al gran volumen de llamadas. Hay una opción para que le devuelvan la llamada en lugar de esperar en línea (en inglés y en español). Para el resto de idiomas, se ofrece interpretación gratuita TTY: Marque el 711 o llame al 1-866-698-6155.

¿POR QUÉ vacunarse contra el COVID?

- **Usted puede protegerse y ayudar a detener la pandemia si se vacuna contra el COVID.** Vacunarse contra el COVID-19 es una de las mejores maneras de protegerse a sí mismo, a su familia, a sus allegados y a su comunidad.
- Entendemos que algunas personas puedan sentirse preocupadas por las vacunas, y que puede que tengan dudas, pero, se ha demostrado que son seguras y eficaces. La Administración de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) ha concedido autorizaciones de uso de emergencia (EUA, por sus siglas en inglés) para las vacunas contra el COVID-19, debido a que los datos procedentes de grandes ensayos clínicos demostraron que eran seguras y eficaces. Los beneficios conocidos y potenciales de la vacuna superan los daños conocidos y potenciales de contagiarse de COVID-19.
- Entre más personas se vacunen contra el COVID-19, mejor para todos. Cuando un número suficiente de personas se vacune, podremos volver a ver a nuestros seres queridos y recuperar algo de normalidad en nuestras vidas.

¿Quién puede vacunarse contra el COVID? ¿CUÁNDO?

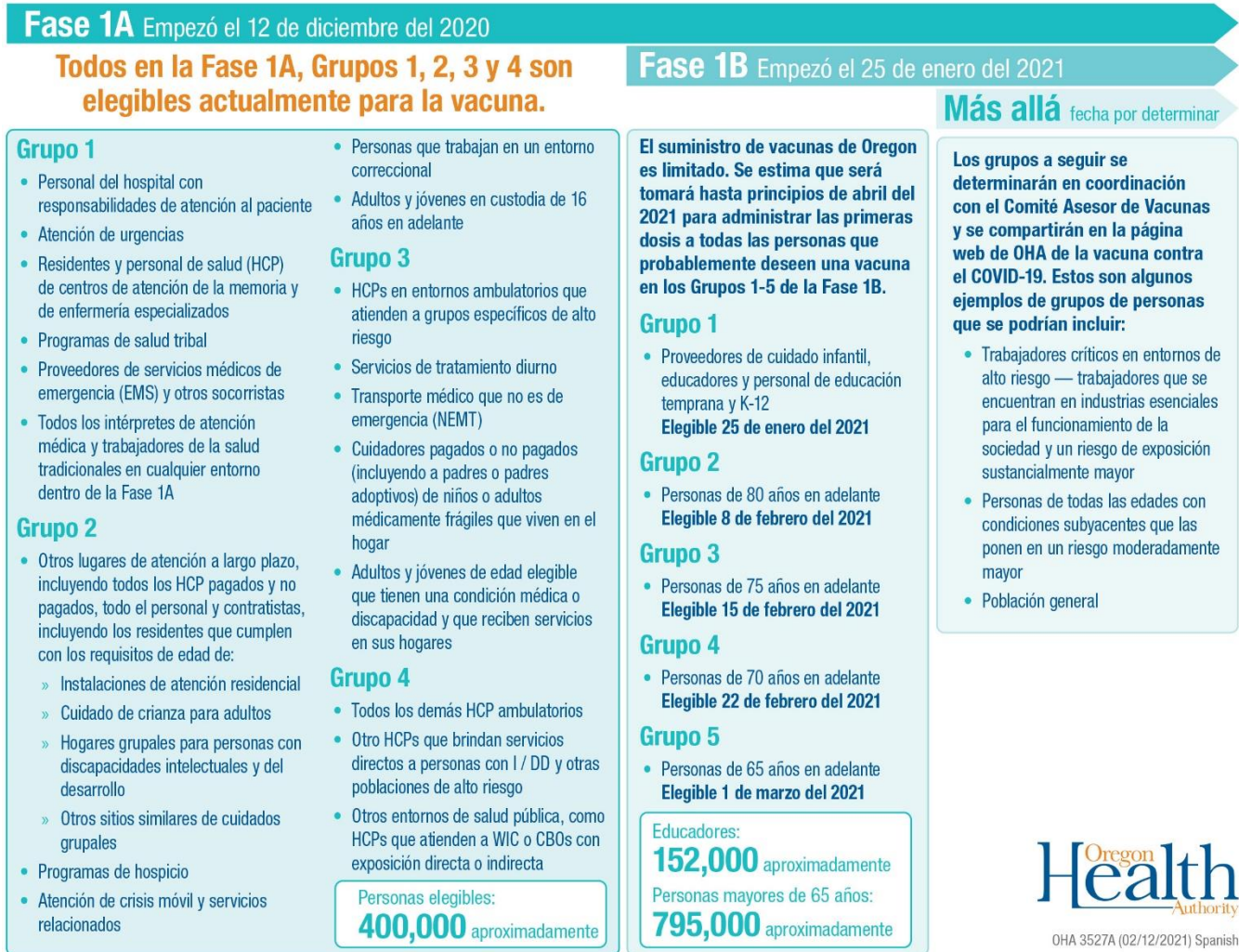
- Actualmente, hay varias categorías de grupos que pueden recibir la vacuna
 - La Fase 1A incluía a los proveedores de atención médica y a otros grupos; ingrese a vacunacovid.oregon.gov para obtener una lista detallada de los grupos elegibles.
 - La Fase 1B incluye a los educadores y al personal de los centros públicos y privados K-12, a los proveedores y al personal de las guarderías y a los educadores y al personal de infancia temprana.
- Visite nuestra página web ingresando a vacunacovid.oregon.gov para ver la lista completa de grupos elegibles para la Fase 1A, y haga clic aquí para ver la infografía más actualizada a medida que los grupos se vuelven elegibles.

Estas son las fechas en las que los adultos de 65 años o más pueden empezar a vacunarse:

Quién	Cuándo	Fase
80 años en adelante	8 de febrero de 2021	1B, Grupo 2
75 años en adelante	15 de febrero de 2021	1B, Grupo 3
70 años en adelante	22 de febrero de 2021	1B, Grupo 4
65 años en adelante	1 de marzo de 2021	1B, Grupo 5

Infografía

Aquí encontrará una infografía que explica quién es elegible en este momento. *Por favor, haga clic en la imagen de abajo para ver la versión más actual. La imagen que aparece a continuación corresponde al 12 de febrero de 2021.*



¿CÓMO pueden los adultos mayores acceder a la vacuna contra el COVID-19?

- En este momento, los adultos elegibles están recibiendo la vacuna en las autoridades locales de salud pública o por medio de sus socios, en hospitales, en eventos de vacunación y en algunas farmacias (y en centros de atención médica a largo plazo).
- Hogares de ancianos, residencias de vida asistida y otros centros autorizados de atención a largo plazo:** Los socios farmacéuticos están vacunando a los residentes y al personal de la mayoría de los centros autorizados para adultos mayores y para personas con discapacidades.

Los residentes (o sus familiares) pueden preguntar al operador de su centro para cuándo se ha programado una clínica de vacunación para su residencia.

- Por ahora, debido al suministro limitado, es probable que su proveedor de atención primaria (el consultorio de su médico) no reciba vacunas.
- **NUEVAS FUNCIONES en vacunacovid.oregon.gov:** La página web de vacunación de la Autoridad de Salud de Oregon (OHA, por sus siglas en inglés) contiene datos sobre las vacunas contra el COVID-19. **A partir del 8 de febrero de 2021**, la Autoridad de Salud de Oregon incluirá una nueva herramienta en covidvaccine.Oregon.gov llamada **Get Vaccinated Oregon [Vacúnese en Oregon]**. Esta herramienta le permitirá a las personas el poder determinar si actualmente son elegibles para recibir una vacuna, así como registrarse para recibir alertas por correo electrónico o notificaciones por mensaje de texto cuando sean elegibles. Cuando la persona se pueda vacunar, esta herramienta ayudará a dirigir a los usuarios a los eventos de vacunación que se encuentran en su área. Esta herramienta estará disponible para todos los habitantes de Oregon. El uso de esta herramienta no garantiza a los usuarios un turno específico para vacunarse. Cuando las personas cumplan con los requisitos, los usuarios notificados podrán utilizar la herramienta para encontrar un evento de vacunación en su zona.
 - **A partir del 5 de febrero de 2021**, la información sobre las vacunas según el condado será actualizada en nuestra página web, en vacunacovid.oregon.gov, para incluir información específica sobre en dónde puede un adulto mayor acceder a la vacuna en su área.

3. Infórmese antes de ir

A continuación, se ofrecen consejos que puede compartir con los adultos mayores cuando ya puedan vacunarse. De nuevo, le animamos a que establezca unas expectativas claras de que pueden pasar muchas semanas antes de que puedan vacunarse.

- **Las vacunas contra el COVID-19 [son seguras y efectivas](#).**
 - Vacunarse es prevenir. La vacuna hace que su cuerpo sea más fuerte para luchar contra el COVID-19, y puede ayudarlo a no enfermarse gravemente, incluso si contrae el COVID-19.
 - Usted no puede contagiarse de COVID-19 por medio de la vacuna.

- **Las vacunas contra el COVID-19 serán gratuitas para usted.**
 - Las vacunas contra el COVID-19 se proporcionarán sin costo alguno para usted. No necesita contar con un seguro médico. Si usted cuenta con un seguro médico, los proveedores de vacunas pueden cobrarle a su compañía de seguros una tasa de administración por administrarle la vacuna. Esto significa que es posible que le soliciten los datos de su seguro cuando reciba la vacuna contra el COVID.
- **Tenga cuidado con las estafas.**
 - Los funcionarios de salud pública y los proveedores de atención médica nunca le pedirán dinero, su número de cuenta bancaria, su tarjeta de crédito o su número de la seguridad social. Las ofertas de venta o envío de dosis de la vacuna también son una estafa.

Después de la vacunación

- **Es necesario que usted reciba dos dosis de la vacuna.**
 - Para la mayoría de los tipos de vacunas, usted deberá recibir dos inyecciones. La segunda inyección se pone tres o cuatro semanas después de la primera. Es importante que se ponga las dos vacunas para que la vacuna funcione.
 - Comuníquese con quien le administró la primera vacuna para saber cuándo puede ponerse la segunda. La segunda dosis debe ser administrada en el mismo lugar donde se administró la primera. Hágalo a menos que la enfermera o el médico le indiquen que debe recibir la segunda dosis en otro lugar.
- **Por el momento, después de vacunarse, aún deberá usar una mascarilla y mantener la distancia física.**
 - Las cosas no volverán a la normalidad hasta que la mayoría de las personas se haya vacunado. Aún no sabemos si una persona que ya haya recibido las dos dosis de la vacuna puede seguir contagiando el COVID-19. No queremos que las personas que aún no se han vacunado se contagien. Es importante que:
 - Siga usando una mascarilla
 - Manténgase a metros (6 pies) de distancia de los demás
 - Se lave las manos
 - No pase tiempo con personas con las que no vive

- Limite el contacto cercano con las personas que viven en su casa.
- **Después de la vacunación contra el COVID-19, usted puede padecer algunos efectos secundarios.**
 - Estos efectos secundarios suelen significar que la vacuna está trabajando para mantener su cuerpo sano. Después de recibir la vacuna contra el COVID-19, probablemente le dolerá el brazo. Puede tener dolores musculares, articulares, cansancio, dolor de cabeza, escalofríos o quizá hasta fiebre. (La fiebre es menos frecuente).
 - A veces, estos efectos secundarios pueden impedirle realizar sus actividades normales durante un par de días. La mayoría de estos efectos secundarios deberían desaparecer en unos días.
- **El Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) ha desarrollado una nueva herramienta: v-safe.**
 - V-safe lo ayuda a monitorear e informar sobre cualquier efecto secundario que pueda tener. V-safe también le recordará cuándo es el momento de recibir su segunda dosis. Su centro de vacunación debería darle más información sobre V safe. Puede obtener más información en el V-safe After Vaccination Health Checker ingresando a <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/safety/vsafe.html>.
- **Su proveedor de vacunas le proporcionará una tarjeta de vacunación: ¡no la pierda!**
 - Esta tarjeta le indica qué vacuna contra el COVID-19 recibió, la fecha en la cual la recibió, en dónde la recibió y cuándo debe recibir la segunda dosis.

4. Preguntas frecuentes

A continuación, se presentan las preguntas que pueden recibir por parte de los adultos mayores. Es importante establecer expectativas de antemano y hacerles saber que simplemente no hay suficientes vacunas y que, probablemente, pasarán muchas semanas antes de que puedan ser vacunados.

1. **¿En dónde puedo vacunarme?** Las vacunas son escasas; pero, al final, habrá suficientes para todas las personas que deseen una. En este

momento, los lugares en donde se administran las vacunas **-cuando las tienen-** son las autoridades locales de salud pública o sus socios, los hospitales y los eventos de vacunación. A medida que aumente el suministro de vacunas, es posible que pueda vacunarse en otros lugares. Por ahora, debido al suministro limitado, es probable que su proveedor de atención primaria (el consultorio de su médico) no reciba vacunas. También puede que escuche algo sobre eventos de vacunación en las noticias. Estos eventos tendrán una forma de que usted pueda programar una cita para vacunarse.

2. **¿Cómo puedo saber si soy elegible para vacunarme?** Ingrese a vacunacovid.oregon.gov y utilice la **NUEVA herramienta Get Vaccinated Oregon [Vacúnese en Oregon]**. Está diseñada para ayudarlo a entender si usted es elegible para recibir la vacuna. Es conveniente que se registre para recibir información actualizada sobre las oportunidades de vacunación. Si necesita ayuda para registrarse, solicite ayuda, o llame al 211:
 - a. Envíe un mensaje de texto con la palabra ORCOVID al 898211
 - b. O envíe un correo electrónico a ORCOVID@211info.org
 - c. Llame al 211

3. **¿Cuándo puedo vacunarme?** A partir del 8 de febrero, [esta es la lista](#) de las personas que pueden vacunarse. Todos los adultos mayores de Oregon podrán vacunarse; sin embargo, la mayoría no podrá hacerlo durante varias semanas. Ha esperado por mucho tiempo. Es difícil esperar, pero, le rogamos que tenga paciencia. Dependemos del suministro federal de vacunas. Algunos condados aún están vacunando a otros adultos que reúnen los requisitos, y el suministro federal de vacunas es escaso.

4. ¿En dónde puedo obtener más información?

Ingrese a vacunacovid.oregon.gov.

Envíe un mensaje de texto con la palabra ORCOVID al 898211 ORCOVID al 898211 para recibir actualizaciones por medio de mensaje de texto/SMS (únicamente en inglés y en español)

Envíe un correo electrónico a ORCOVID@211info.org.

Si no puede obtener respuesta a su pregunta sobre la vacuna contra el COVID-19 en la página web, por medio de mensaje de texto o por correo electrónico, llame al centro de llamadas al 211 o al 1-866-698-6155. Lo atenderán todos los días, de 6 a.m. 7 p.m., incluyendo los días festivos. Los tiempos de espera pueden ser largos debido al alto volumen de llamadas. Hay una opción para que le devuelvan la llamada en lugar de esperar en línea. En el centro de llamadas se habla inglés y español. Para el resto de idiomas, se ofrece interpretación gratuita TTY: Marque el 711 o llame al 1-866-698-6155.

NUEVAS FUNCIONES en vacunacovid.oregon.gov: La página web de vacunación de la Autoridad de Salud de Oregon (OHA, por sus siglas en inglés) contiene datos sobre las vacunas contra el COVID-19. **A partir del 8 de febrero de 2021**, la Autoridad de Salud de Oregon incluirá una nueva herramienta en covidvaccine.oregon.gov llamada **Get Vaccinated Oregon [Vacúnese en Oregon]**. Esta herramienta le permitirá a las personas el poder determinar si actualmente son elegibles para recibir una vacuna, y registrarse para recibir alertas por correo electrónico o notificaciones por mensaje de texto cuando sean elegibles. Cuando la persona se pueda vacunar, esta herramienta ayudará a dirigir a los usuarios a los eventos de vacunación que se encuentran en su área. Esta herramienta estará disponible para todos los habitantes de Oregon. El uso de esta herramienta no garantiza a los usuarios un turno específico para vacunarse. Cuando las personas cumplan con los requisitos, los usuarios notificados podrán utilizar la herramienta para encontrar un evento de vacunación en su zona.

- **A partir del 5 de febrero de 2021**, la información sobre las vacunas según el condado será actualizada en nuestra página web, en vacunacovid.oregon.gov, para incluir información específica sobre en dónde puede un adulto mayor acceder a la vacuna en su área.

- 5. ¿Qué documento de identificación debo llevar para demostrar mi elegibilidad?** La OHA no requiere una prueba de que una persona vacunada cumpla con los requisitos, y no tiene previsto solicitar una verificación a los proveedores de vacunas. Los propios proveedores de vacunas pueden exigir a una persona que declare, mediante una declaración verbal o de alguna otra manera, que pertenece a un grupo de la Fase 1A antes de recibir una vacuna. Las personas recibirán una prueba de que han sido vacunadas. No pierda la tarjeta que se le entregará.
- 6. ¿Cuánto va a costar? ¿Necesito tener un seguro para poder vacunarme?** Las vacunas contra el COVID-19 serán gratuitas para usted. No necesita contar con un seguro médico. Si usted cuenta con un seguro médico, los proveedores de vacunas pueden cobrarle a su compañía de seguros una tasa de administración por administrarle la vacuna. Esto significa que es posible que le soliciten los datos de su seguro cuando reciba la vacuna contra el COVID. Los proveedores de vacunas no pueden cobrarle a usted por ponerle una vacuna, pero, si cuenta con un seguro médico, es importante que traiga la información de su seguro.
- 7. Necesito ayuda para llegar a una clínica que administre vacunas. ¿Pueden facilitarme el transporte para vacunarme? ¿Cómo puedo solicitar este servicio?** Si usted es un miembro del Plan de Salud de Oregon y necesita que lo lleven a vacunarse, el transporte es gratuito. Encuentre [los servicios de transporte del OHP](#) en su zona. También puede llamar a su [plan de CCO](#).
- 8. ¿Tendré que esperar en fila para vacunarme?** Muchos centros y eventos de vacunación le solicitarán que se inscriba previamente para poder gestionar con seguridad el flujo de pacientes. Los grandes centros de vacunación también están trabajando para asegurarse de que sus centros sean accesibles para los adultos mayores y para las **personas discapacitadas**, especialmente para aquellas que tienen problemas de movilidad. Sin embargo, también es posible que tenga que esperar. Lo exhortamos a planificar con antelación **y pida al administrador del centro de vacunación que le ayude en caso necesario.**

9. **Tengo un proveedor de cuidados que me ayuda con mis necesidades de atención médica y con las citas con el médico. Si viene conmigo, ¿puede vacunarse también?** Únicamente si su proveedor de cuidados también es elegible. Si su proveedor de cuidados [forma parte de una fase elegible](#), puede vacunarse en cualquier momento. Si no es así, aún no podrá vacunarse.

Preguntas sobre la administración de vacunas

10. **¿Qué ocurre después de vacunarse?** Por el momento, después de vacunarse, aún deberá usar una mascarilla y mantener la distancia física . Las cosas no volverán a la normalidad hasta que la mayoría de las personas se haya vacunado. Aún no sabemos si una persona que ya haya recibido las dos dosis de la vacuna puede seguir contagiando el COVID-19. No queremos que las personas que aún no se han vacunado se contagien. Es importante usar una mascarilla, mantenerse a 2 metros (6 pies) de distancia de los demás, lavarse las manos y no pasar tiempo con las personas con las que no vive.

Es necesario recibir dos dosis de la vacuna. Para la mayoría de los tipos de vacunas, usted deberá recibir dos inyecciones. La segunda inyección se pone tres o cuatro semanas después de la primera. Es importante que se ponga las dos vacunas para que la vacuna funcione. Comuníquese con quien le administró la primera vacuna para saber cuándo puede ponerse la segunda. La segunda dosis debe ser administrada en el mismo lugar donde se administró la primera. Hágalo a menos que la enfermera o el médico le indiquen que debe recibir la segunda dosis en otro lugar. Debe asegurarse de que la segunda dosis sea de la misma marca que la primera.

11. **¿Qué ocurre si me expongo al COVID-19 después de mi primera dosis?** Si se expone a COVID, debe seguir las directrices de salud pública y permanecer en casa durante 14 días, incluso si se ha vacunado por primera vez.
12. **¿Durante cuánto tiempo tendré que estar en observación después de la vacunación?** Se le observará durante 15-30 minutos. Esto significa que tiene que esperar en el lugar donde se vacunó para que el proveedor de la vacuna pueda observarle y asegurarse de que se sienta bien.

- 13. ¿Cuáles son los efectos secundarios de la vacuna?** Después de recibir la vacuna contra el COVID-19, probablemente le dolerá el brazo. Puede tener dolores musculares, articulares, cansancio, dolor de cabeza, escalofríos o quizá hasta fiebre. (La fiebre es menos frecuente). Esto suele significar que la vacuna está trabajando para mantener su cuerpo sano. Estos son signos normales de que su cuerpo está creando protección. A veces, estos efectos secundarios pueden impedirle realizar sus actividades normales durante un par de días. La mayoría de estos efectos secundarios deberían desaparecer en unos días.
- 14. ¿A quién debo llamar si tengo efectos secundarios? ¿Al centro de vacunación o a mi médico de cabecera?** Los efectos secundarios son comunes después de la vacunación con COVID-19. Si le preocupa algún efecto secundario después de abandonar el lugar de la vacunación, debe ponerse en contacto con su médico de cabecera. O puede acudir a un centro de atención urgente o de emergencia.
- 15. ¿Tendré que seguir usando una mascarilla y estar físicamente distante?** Por el momento, después de vacunarse, aún deberá usar una mascarilla y mantener la distancia física . Las cosas no volverán a la normalidad hasta que la mayoría de las personas se haya vacunado. Sin embargo, aún no sabemos si una persona que ya haya recibido las dos dosis de la vacuna puede seguir contagiando el COVID-19. No queremos que las personas que aún no se han vacunado se contagien. Es importante usar una mascarilla, mantenerse a 2 metros (6 pies) de distancia de los demás, lavarse las manos y no pasar tiempo con las personas con las que no vive.

5. Plantilla de correo electrónico

Esta plantilla de correo electrónico puede utilizarse y adaptarse a sus necesidades para enviar información a los adultos mayores a los que les presta servicios. Es importante establecer las expectativas desde el principio cuando se comparte información sobre la vacunación.

Estimado(a) [Nombre],

Deseamos informarle que, a partir de este mes, los adultos mayores pueden comenzar a recibir sus vacunas contra el COVID-19. Vacunarse contra el COVID-19 es una de las mejores maneras de protegerse a sí mismo, a su familia y a su comunidad.

Todos los adultos mayores de Oregon podrán vacunarse, pero, la mayoría no podrán hacerlo durante varias semanas. En las próximas semanas, sabemos que habrá más adultos mayores que quieran vacunarse que vacunas disponibles. Las autoridades sanitarias estatales calculan que les tomará semanas el vacunar a más de 7 de cada 10 adultos de 65 años o más. Hasta que el suministro federal de vacunas aumente, habrá escasez de vacunas.

Esto significa que usted puede estar dentro de un grupo que *puede* recibir una vacuna, pero que aún tendrá que esperar. Estamos haciendo todo lo posible para que las personas tengan acceso a la vacuna lo antes posible.

El estado y los socios de la vacuna le ruegan a todos los adultos que tengan paciencia. Sabemos que hay otras personas que siguen esperando sus vacunas. Con el tiempo, todas las personas que deseen recibir una vacuna la obtendrán, solo va a tomar tiempo.

La vacuna es gratuita para todas las personas en Oregon.

A continuación, le indicamos cuándo podrán vacunarse adultos mayores de Oregon:

- Personas de 80 años en adelante, a partir del 8 de febrero
- Personas de 75 años en adelante, a partir del 15 de febrero
- Personas de 70 años en adelante, a partir del 22 de febrero
- Para personas de 65 en adelante, a partir del 1 de marzo

Para saber si es usted elegible y en dónde puede ir a vacunarse:

- **Ingrese a:** vacunacovid.oregon.gov
- **Envíe un mensaje de texto** con la palabra ORCOVID al 898211
- Envíe **un correo electrónico a** ORCOVID@211info.org
- **Llame al 211** o al 1-866-698-6155
- (Para TTY Marque el 711 o llame al 1-866-698-6155)

NUEVA FUNCIÓN: El 8 de febrero de 2021, la Autoridad de Salud de Oregon lanzará una nueva herramienta en vacunacovid.oregon.gov llamada **Get Vaccinated Oregon [Vacúnese en Oregon]**. Esta herramienta le permitirá a las personas el poder determinar si actualmente son elegibles para recibir una vacuna, y registrarse para recibir alertas por correo electrónico o notificaciones por mensaje de texto cuando sean elegibles. Cuando la persona se pueda vacunar, esta herramienta ayudará a dirigir a los usuarios a los eventos de vacunación que se encuentran en su área. Esta herramienta estará disponible para todos los habitantes de Oregon. El uso de esta herramienta no garantiza a los usuarios un turno específico para vacunarse. Cuando las personas cumplan con los requisitos, los usuarios notificados podrán utilizar la herramienta para encontrar un evento de vacunación en su zona.

Sabemos que puede tener preguntas sobre la vacuna contra el COVID-19. Sepa que las vacunas han sido probadas para garantizar su seguridad y eficacia. La Administración de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) ha concedido autorizaciones de uso de emergencia (EUA, por sus siglas en inglés) para las vacunas contra el COVID-19, debido a que los datos procedentes de grandes ensayos clínicos demostraron que eran seguras y eficaces. Los beneficios conocidos y

potenciales de la vacuna superan los daños conocidos y potenciales de contagiarse de COVID-19.

También estamos aquí para ayudar a responder sus preguntas.

Atentamente,

[Nombre del líder de la organización]

6. Boletín informativo

Incluya información como esta en los boletines electrónicos dirigidos a los adultos mayores. Es fundamental fijar las expectativas desde el principio.

Los adultos de 80 años en adelante pueden comenzar a recibir la vacuna contra el COVID-19 este mes. Vacunarse contra el COVID-19 es una de las mejores maneras de protegerse a sí mismo, a su familia, a sus allegados y a su comunidad. **Pasarán muchas semanas hasta que la mayoría de los adultos mayores puedan vacunarse.** Es importante entender que, aunque pueden recibir la vacuna, pasarán muchas semanas antes de que haya suficientes vacunas para todas las personas de este grupo de edad. Las autoridades estatales creen que tomará varias semanas el vacunar a todos los adultos mayores. La vacuna es gratuita para todas las personas en Oregon.

Para saber si es elegible y en dónde puede ir a vacunarse:

- **Ingrese a:** vacunacovid.oregon.gov
- **Envíe un mensaje de texto** con la palabra ORCOVID al 898211
- **Envíe un correo electrónico a** ORCOVID@211info.org
- **Llame al 211** o al 1-866-698-6155

(Para TTY Marque el 711 o llame al 1-866-698-6155)

NUEVA FUNCIÓN: El 8 de febrero de 2021, la Autoridad de Salud de Oregon lanzará una nueva herramienta en vacunacovid.oregon.gov llamada **Get Vaccinated Oregon [Vacúnese en Oregon]**. Esta herramienta le permitirá a las personas el poder determinar si actualmente son elegibles para recibir una vacuna, así como registrarse para recibir alertas por correo electrónico o notificaciones por mensaje de texto cuando sean elegibles. Cuando la persona se pueda vacunar, esta herramienta ayudará a dirigir a los usuarios a los eventos de vacunación que se encuentran en su área. Esta herramienta estará disponible para todos los habitantes de Oregon. El uso de esta herramienta no garantiza a los usuarios un turno específico para vacunarse. Cuando las personas cumplan con los requisitos, los usuarios notificados podrán utilizar la herramienta para encontrar un evento de vacunación en su zona.

7. Tarjetas sociales/copia infográfica

A continuación, le presentamos algunas publicaciones que puede compartir en sus redes sociales. En cada mensaje, asegúrese de establecer las expectativas de que no hay suficientes vacunas, y que, probablemente, pasarán varias semanas antes de que puedan vacunarse.

Cuándo pueden empezar a vacunarse los adultos mayores contra el COVID-19:

Edad	A partir del
80+	8 de febrero
75+	15 de febrero
70+	22 de febrero
65+	1 de marzo

vacunacovid.oregon.gov

Envíe un mensaje de texto con la palabra ORCOVID al 898211

Llame al 211

¿Puedo vacunarme contra el COVID-19? ¿A dónde debo ir?

Ingrese a vacunacovid.oregon.gov

Envíe un mensaje de texto con la palabra ORCOVID al 898211

Envíe un correo electrónico a ORCOVID@211info.org

Llame al 211 o al 1-866-698-6155

(Para TTY Marque el 711 o llame al 1-866-698-6155)

Infórmese antes de ir

Las vacunas contra el COVID-19 son:

- seguras y efectivas
- gratuitas para usted

vacunacovid.oregon.gov

Envíe un mensaje de texto con la palabra ORCOVID al 898211

Llame al 211

Es necesario recibir 2 dosis de la vacuna.

Es importante que le administren las dos dosis para que la vacuna funcione.

La segunda dosis se administra tres o cuatro semanas después de la primera. Pónganse las dos dosis en el mismo lugar.

vacunacovid.oregon.gov

Envíe un mensaje de texto con la palabra ORCOVID al 898211

Llame al 211

Por el momento, después de vacunarse, aún deberá usar una mascarilla y mantener la distancia física.

- Siga usando una mascarilla
- Manténgase a metros (6 pies) de distancia de los demás
- Lávese las manos

- No pase tiempo con personas con las que no vive

Las cosas no volverán a la normalidad hasta que la mayoría de las personas se haya vacunado.

vacunacovid.oregon.gov

Envíe un mensaje de texto con la palabra ORCOVID al 898211
Llame al 211

Después de recibir la vacuna contra el COVID-19, usted puede padecer efectos secundarios.

Esto suele significar que la vacuna está trabajando para mantener su cuerpo sano.

- Dolor de brazo
- Dolor de articulaciones
- Dolor de cabeza
- Fiebre (menos común)
- Dolores musculares
- Cansancio
- Escalofríos

La mayoría de estos efectos secundarios deberían desaparecer en unos días.

vacunacovid.oregon.gov

Envíe un mensaje de texto con la palabra ORCOVID al 898211
Llame al 211

Usted puede protegerse y ayudar a detener la pandemia si se vacuna contra el COVID-19.

Vacunarse contra el COVID es una de las mejores maneras de protegerse a sí mismo, a su familia y a su comunidad.

vacunacovid.oregon.gov

Envíe un mensaje de texto con la palabra ORCOVID al 898211
Llame al 211

Accesibilidad de los documentos: Para las personas con discapacidad, o que hablan un idioma distinto al inglés, la OHA puede proporcionar información en formatos alternativos, como traducciones, letra grande o braille. Comuníquese con el Centro de Información de Salud llamando al 1-971-673-2411, 711 TTY o COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us