

# Cómo aliviar el dolor y la ansiedad por la vacunas

Entendemos que las vacunas son estresantes para usted y su bebé. **En Every Child Pediatrics, nuestro objetivo es reducir la ansiedad y hacer que el proceso sea lo más cómodo posible.** Utilizamos varias herramientas para garantizar la comodidad y la tranquilidad durante las citas de vacunación.

## Comprender el qué y el por qué de cada vacuna

Se debe administrar Hemos incluido información sobre cada vacuna que su hijo debe recibir en su próxima visita de control. Revise esta información y no dude en hacer preguntas para comprender completamente cada vacuna. **El conocimiento puede reducir la ansiedad y ayudarlo a sentirse seguro.** Puede usar el Portal del paciente para hacer preguntas o escribirlas para hacerlas durante su cita.

## Cómo controlar sus propios sentimientos para ayudar a su bebé a

**permanecer tranquilo** Los bebés perciben cómo se sienten sus padres. **Si usted se mantiene tranquila, es más probable que su bebé también lo esté.** Aunque las vacunas pueden hacer que su bebé lllore, se calmará más rápido si usted permanece relajada. Los bebés suelen reflejar las emociones de sus padres.

## Posiciones de consuelo

**Usted es el mayor consuelo de su bebé y queremos que ambos estén lo más cómodos posible.** Hay posiciones específicas que puede utilizar que consolarán a su bebé y permitirán que el personal médico administre las vacunas de forma segura. A continuación, encontrará diagramas de las posiciones de consuelo. Recibirá orientación sobre estas posiciones en su visita. Puede haber momentos en los que, por la seguridad de todos los involucrados, necesitemos cambiar el plan. Se recomienda la lactancia materna o la alimentación con biberón durante la vacunación.

# Posiciones Cómodas Para Bebés



# Medidas de bienestar para bebés



**Comer de pecho o comer con biberón**



**Sostén al bebé**  
(Mira el otro lado para ver las opciones)



**Distracción**  
juguetes, libros,  
melodías, etc.



**Chupete/Sweet Ease (agua dulce)**



**Estado de ánimo de los padres**  
respirar despacio, cantar o hablarle al bebé, sonreír y estar tranquilos.

Edad	Vacuna	La Razón
0-2 meses	Vacuna para el virus respiratorio sincitial (nirsevimab)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se les da a los niños de 0 a 8 meses durante la temporada de VSR, y también a los niños de 8 a 19 meses que tienen factores de riesgo específicos.</li> <li>El VSR es un virus que puede hacer que los niños pequeños tengan problemas para respirar. Es la razón principal por la que muchos niños de 1 año o menos son hospitalizados.</li> <li>Se ha comprobado que el nirsevimab tiene una efectividad de alrededor del 80-90% para evitar que los bebés sean hospitalizados por VSR.</li> </ul>
	VHB (virus de la hepatitis B)	La hepatitis B es una enfermedad del hígado que puede ser leve y durar solo unas semanas, o puede convertirse en una enfermedad grave que dure toda la vida.
2 meses 4 meses 6 meses	<b>Pentacel</b>	Esta es una vacuna que combina DTaP, Hib y IPV.
	DTaP (difteria, tétanos, tos ferina)	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>DIFTERIA:</b> puede causar problemas para respirar, fallo cardíaco, parálisis o incluso la muerte.</li> <li>El <b>TÉTANOS</b> provoca una rigidez dolorosa en los músculos. Esta enfermedad puede llevar a serios problemas de salud, como la incapacidad para abrir la boca, dificultades para tragar y respirar, e incluso puede ser mortal.</li> <li>La tos ferina, que también se llama “tos convulsa”, puede provocar una tos fuerte e incontrolable que hace difícil respirar, comer o beber. Esta enfermedad puede ser muy seria en bebés y niños pequeños, y puede llevar a problemas como neumonía, convulsiones, daño cerebral o incluso la muerte. En adolescentes y adultos, puede causar pérdida de peso, problemas para controlar la vejiga, desmayos y fracturas de costillas debido a la tos intensa.</li> </ul>
	Hib (Haemophilus influenzae tipo B)	<ul style="list-style-type: none"> <li>El Haemophilus influenzae tipo b puede provocar varios tipos de infecciones. Estas infecciones suelen afectar a los niños menores de 5 años, aunque también pueden impactar a adultos con ciertas condiciones médicas.</li> <li>Las bacterias Hib pueden provocar enfermedades leves, como infecciones de oído o bronquitis, o pueden ocasionar enfermedades más serias, como infecciones en el torrente sanguíneo y enfermedad invasiva por Hib, que necesitan tratamiento en un hospital y, en ocasiones, pueden llevar a la muerte.</li> <li>Antes de que se introdujera la vacuna contra la Hib, la enfermedad por Hib era la principal causa de meningitis bacteriana en niños menores de 5 años en los Estados Unidos. La meningitis es una infección que afecta el revestimiento del cerebro y la médula espinal. Puede causar daño cerebral y pérdida de audición.</li> </ul>
	VIP (virus inactivo de la polio)	La polio es provocada por un virus que afecta más a los bebés y a los niños pequeños que a otros grupos de edad. La mayoría de los casos de polio son leves. La polio paralítica causa parálisis muscular, lo que puede dejar a algunas personas con discapacidad física de por vida. No hay un tratamiento para la polio.
	VHB (virus de la hepatitis B)	La hepatitis B es una enfermedad del hígado que puede causar una dolencia leve que dura unas pocas semanas o puede llevar a una enfermedad grave que dure toda la vida.
	PCV20 (Vacuna antineumocócica conjugada de 20 valencias,	Cualquier enfermedad provocada por la bacteria neumocócica. Estas bacterias pueden ocasionar varios tipos de enfermedades, como neumonía, infecciones en los senos nasales, meningitis o una infección en la sangre.
	Rotavirus (vacuna por vía oral)	El rotavirus puede provocar vómitos, diarrea y fiebre, especialmente en bebés y niños pequeños, lo que puede llevar a la deshidratación.