



### Hoy recibió las siguientes vacunas:

- \_\_\_\_\_ Hepatitis A (HepA)
- \_\_\_\_\_ Hepatitis B (HepB)
- \_\_\_\_\_ Virus del papiloma humano
- \_\_\_\_\_ Influenza
- \_\_\_\_\_ Sarampión-Paperas-Rubéola (MMR)
- \_\_\_\_\_ Meningocócica
- \_\_\_\_\_ Meningocócica B
- \_\_\_\_\_ Neumocócica
- \_\_\_\_\_ Poliomielitis
- \_\_\_\_\_ Tétanos-Difteria-Tos Ferina (Tdap)
- \_\_\_\_\_ Varicela
- \_\_\_\_\_ Otra: \_\_\_\_\_

### Fecha para su dosis de refuerzo:

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

**ATENCIÓN:** Si ha recibido una vacuna viva (sarampión-paperas-rubéola, varicela o vacuna viva atenuada contra la influenza), es muy importante evitar quedar embarazada durante 1 mes después de haber recibido la vacuna. La vacuna contra el virus del papiloma humano (HPV) NO se debe administrar a una mujer embarazada.

### RESPUESTAS COMUNES Y NORMALES A LAS VACUNAS

En las siguientes 24 o 48 horas puede tener fiebre o sentir incomodidad o dolor donde recibió la inyección. Si se presentan estos síntomas, puede hacer lo siguiente:

PROBLEMA	QUÉ HACER	LLAME A SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA SI:
Dolor en el área donde recibió la inyección, enrojecimiento o hinchazón	Aplique un paño húmedo frío en el área donde recibió la vacuna por 20 minutos. Retire el paño frío durante 20 minutos. Repita según sea necesario. ( <a href="https://www.cdc.gov/vaccines/parents/visit/before-during-after-shot">https://www.cdc.gov/vaccines/parents/visit/before-during-after-shot</a> , accessed 03/21)	El enrojecimiento y la hinchazón crecen a pesar de las compresas frías.
Fiebre y/o dolor	Tome ibuprofeno (por ejemplo, Advil® o Motrin®) o acetaminofén (por ejemplo, Tylenol®). Compruebe la dosis correcta para su edad y/o peso en el envase. <b>Si está embarazada, no tome ibuprofeno. ¡No tome estos medicamentos si es alérgico a ellos!</b>	La fiebre continúa por encima de los 100°F a pesar del tratamiento.
Desmayos después de vacunarse	Siéntese o acuéstese por 15 minutos para evitar desmayarse después de recibir la inyección.	

### Tenga en cuenta estas seis palabras para la salud

DORMIR	ESTRÉS	SEGURIDAD	SEXO	APOYO	DIGA NO
Duerma lo suficiente. Los adolescentes necesitan por lo menos 9 o 10 horas de sueño (más de lo que necesita un adulto).	Maneje su estrés. Haga ejercicio regularmente. Encuentre lo que le guste hacer. Coma una dieta equilibrada que limite el consumo de cafeína y azúcar.	Cúidese. Use cinturones de seguridad, cascos y equipo de protección cuando sea necesario.	Elija sabiamente: abstinencia, prevención, protección y métodos anticonceptivos.	Cultive su sistema de apoyo de amigos y familiares. Comuníquese con un amigo, un familiar o un profesional médico si tiene pensamientos suicidas.	Dígale no a las drogas, al alcohol, al tabaco y a los cigarrillos electrónicos. Estos hábitos solo pueden lastimarlo.

**Para obtener información acerca de su salud, hable con su proveedor de atención médica.**