

Informe a los **PADRES**

Cómo hacer que las vacunas sean menos estresantes para los niños

Uno de cada cinco niños está retrasado en las vacunas debido a la pandemia de COVID-19. Si el niño no ha recibido una vacuna de rutina, no es el único. Infórmese sobre los riesgos de saltarse las vacunas, las formas de apoyar a su hijo durante las citas de vacunación y hacerlas menos estresantes, y cómo ponerse al día para asegurarse de que podrá ir al colegio, jugar con sus amigos y en general mantenerse sano.

Tasas de vacunación infantil

El 40 % de los padres dijo que su hijo había dejado de vacunarse debido a la pandemia de COVID-19. Hubo una disminución del 71 % en las visitas de atención médica para niños de 7 a 17 años, edades en que se administran las vacunas esenciales.

Riesgos de falta de vacunas

Es importante no saltarse ni retrasar las vacunas de su hijo. Las enfermedades prevenibles con vacunas pueden ser extremadamente graves, requerir hospitalización o incluso ser mortales, especialmente en niños pequeños. Las familias pueden proteger a sus hijos de por vida contra enfermedades como el sarampión, la tos ferina y la meningitis, que pueden propagarse fácilmente entre niños y adultos no vacunados.

Vuelva a encaminarse

Consulte con el pediatra de su hijo para ver si está en la población objetivo. Si no, no es demasiado tarde para vacunarse. La CDC ha desarrollado recomendaciones y un cronograma para que sus hijos vuelvan a cumplir con el programa de vacunación. La mayoría de las vacunas infantiles están cubiertas por un seguro o son gratuitas para los niños que no pueden pagarlas. Las familias que no están cubiertas por el seguro o que no pueden pagar una visita



al médico pueden obtener vacunas gratuitas a través de un programa federal administrado por entidades locales.

Haga que las vacunas sean menos estresantes

Vacunarse no es divertido para ningún grupo de edad, pero puede aprender maneras simples de apoyar a su hijo antes, durante y después de las vacunas.

- Dele al niño algo dulce para comer, lo que realmente puede ayudar a reducir la respuesta al dolor.
- Pida un aerosol o ungüento para aliviar el dolor para bloquear las señales de dolor de la piel.
- Explique con calma que pueden sentir un pequeño pellizco que desaparecerá muy rápido. Use palabras como “presión” o “pinchazo” en lugar de “dolor” o “inyección”.
- Traiga cualquier cosa que el niño encuentre reconfortante, como su juguete, manta o libro favorito, para ayudarlo a concentrarse en algo agradable.
- Utilice la distracción. Justo antes del pinchazo, llame al niño por su nombre o actúe de manera tonta.
- Recuerde que los niños más grandes también necesitan apoyo. Pídales que respiren hondo para “expulsar” el dolor.