

Lo que debe saber sobre las vacunas durante el embarazo

La vacunación durante el embarazo ayuda a protegerlos tanto a usted como a su bebé cuando son más vulnerables a las enfermedades. Aún así, muchas personas pueden tener preguntas sobre cómo mantener sanas a sus familias en crecimiento. Aquí encontrará respuestas a algunas de sus preguntas más urgentes.

Respuestas escritas por expertos de Yale School of Public Health: Sydney Perlotto, MPH '24, Sasha Yeskel, MPH '27, Olivia Kachingwe, PhD, MPH, y Jason L. Schwartz, PhD; y la National Foundation for Infectious Diseases: Kevin Ault, MD.



¿Por qué se recomiendan cuatro vacunas durante el embarazo?

Los cambios en su cuerpo durante el embarazo pueden ponerla en **mayor riesgo de sufrir impactos graves de ciertas enfermedades infecciosas, incluso si es joven y está sana**. La vacunación contra cuatro enfermedades respiratorias (gripe, tosferina, COVID-19 y virus respiratorio sincicial [VRS]) es una de las mejores formas de protegerse a sí misma y proteger a su bebé durante el embarazo, con **beneficios que duran hasta los primeros días y semanas de vida de su recién nacido**.

¿Cómo sabemos que estas vacunas son seguras tanto para mí como para mi bebé?

Las vacunas se someten a una amplia investigación, revisión y pruebas. Una vez aprobadas, son **continuamente supervisadas por seguridad para ayudar a identificar incluso efectos secundarios muy raros**. Una molestia leve, como dolor de brazo o sensación de cansancio después de la vacunación, es un signo de que su sistema inmunitario está trabajando para crear protección. Las complicaciones graves de las enfermedades respiratorias superan con creces cualquier efecto secundario temporal de la vacuna.

Cientos de millones de personas embarazadas han recibido vacunas durante décadas, con familias y expertos trabajando juntos para hacer de la seguridad la máxima prioridad.

La última vez que me vacuné, aún así me enfermé. ¿Por qué debería vacunarme ahora?

El cuerpo humano y las enfermedades infecciosas son complejas, por lo que muchas vacunas no pueden garantizar una protección del 100%. **Esto no significa que las vacunas no sean importantes y que no salven vidas**: pueden hacer que los síntomas de la enfermedad sean más leves, reducir o eliminar el riesgo de daños graves para usted y su bebé, y proteger a otros miembros de la familia.

Sumar otras medidas de protección, como lavarse las manos con jabón y usar mascarillas de calidad, junto con la vacunación aumenta aún más la protección contra las enfermedades respiratorias.

Mi médico me recomendó que las personas a las que veo habitualmente también se vacunen antes de que nazca el bebé. ¿Por qué?

Su médico clínico está hablando de la estrategia del nido (cocooning). Piense en la estrategia del nido como una burbuja de protección invisible. Cuando alguien es más vulnerable a las enfermedades infecciosas (como las personas embarazadas y los recién nacidos), todas las personas con las que tenga un contacto cercano pueden vacunarse para ayudar a fortalecer esta burbuja protectora. Tener a parejas, abuelos, hermanos, niñeras, amigos y otras personas al día con sus vacunas hace que tengan menos probabilidades de propagar enfermedades respiratorias a la mamá y al bebé.

¿Qué vacunas se recomiendan durante el embarazo?

	Vacuna contra la gripe	Vacuna contra el tétanos, la difteria y la tosferina	Vacuna contra la COVID-19	Vacuna contra el VRS
Enfermedad prevenible por vacunación	Influenza estacional (gripe)	Pertussis (tosferina)	COVID-19	Virus respiratorio sincicial (VRS)
Momento recomendado para la vacunación*	Cualquier semana del embarazo	27 – 36 semanas de embarazo	Cualquier semana del embarazo	32 – 36 semanas de embarazo
La vacuna ayuda principalmente a proteger	Usted y su recién nacido	Su recién nacido	Usted y su recién nacido	Su recién nacido
Posibles efectos secundarios de la vacuna**	Enrojecimiento/hinchazón/dolor en el lugar de la inyección, dolor de cabeza, fiebre, fatiga, náuseas, dolores musculares	Enrojecimiento/hinchazón/dolor en el lugar de la inyección, dolor de cabeza, fiebre, fatiga, vómitos, diarrea, dolor de estómago	Enrojecimiento/hinchazón/dolor en el lugar de la inyección, dolor de cabeza, fiebre, cansancio, náuseas, dolor muscular o escalofríos	Dolor en el lugar de la inyección, dolor de cabeza, náuseas, dolor muscular
Complicaciones de la enfermedad en recién nacidos	Potencialmente mortal, riesgo de hospitalización	Potencialmente mortal, riesgo de crisis de tos violenta, sobrecarga en los pulmones y el corazón, y daño cerebral por falta de oxígeno	Potencialmente mortal, riesgo de fiebre, vómitos, diarrea, problemas para respirar, fiebre alta y dificultad para alimentarse	Potencialmente mortal, riesgo de hospitalización, bronquitis, sibilancias, dificultad para alimentarse y problemas para respirar
Complicaciones de la enfermedad durante el embarazo	Potencialmente mortal, riesgo de hospitalización y neumonía grave, sobrecarga en el corazón y los pulmones, parto prematuro y anomalías congénitas	Riesgo de bronquitis grave (inflamación de las vías respiratorias)	Potencialmente mortal, riesgo de hospitalización, preeclampsia (presión arterial peligrosamente alta), muerte fetal, parto prematuro y retrasos en el desarrollo	Riesgo de infecciones pulmonares y de los senos paranasales

Su profesional de la salud puede recomendarle otras vacunas en función de sus antecedentes médicos individuales y otros factores de riesgo. Las cuatro vacunas se pueden administrar en una visita al consultorio del médico o a la farmacia, o se pueden recibir por separado según sus preferencias. **Cada embarazo ofrece una nueva oportunidad para vacunarse y protegerse a sí misma y proteger a su bebé.**

* Especialmente desde el otoño hasta principios de la primavera, cuando las infecciones respiratorias tienden a aumentar.

** Como con cualquier medicamento, hable con su proveedor de atención médica para comprender los riesgos muy raros de una reacción alérgica grave, una lesión grave o la muerte.



Información en inglés:
sph.yale.edu/info-sheets