

4 COVID-19 MYTHS VS. FACTS



am
AUNT MARTHA'S
HEALTH & WELLNESS

The COVID-19 vaccines are here, but many people are nervous about whether they are safe. Here are four myths with the actual facts that you need to know.

1 MYTH 1: IT'S NOT SAFE BECAUSE IT WAS DEVELOPED TOO FAST

A worldwide emergency spurred the rapid development behind COVID-19 vaccines, but companies **did not bypass the required safety protocols** to do so. The FDA and an independent panel of vaccine experts evaluated the vaccines to **ensure they are safe and effective**.

2 MYTH 2: I ALREADY HAD COVID-19 SO I AM IMMUNE

Researchers are **unsure how long a person is immune** from getting COVID-19 again after getting infected and recovering. For that reason, anyone who is not in quarantine or recently exposed to someone who has COVID-19 is **strongly recommended to get vaccinated**.

3 MYTH 3: THERE ARE SEVERE SIDE EFFECTS TO THE VACCINES

According to Mayo Clinic, 50% of people **experience mild or moderate side effects** from the vaccines, such as headache, chills, fatigue, muscle pain, or fever lasting for a day or two. These side effects are indicators that your immune system is responding to the vaccine and are actually common when receiving vaccines.

4 MYTH 4: I WON'T NEED TO WEAR A MASK AFTER BEING VACCINATED

The vaccines will keep you from becoming sick, but it's **unknown whether you can still transmit** the virus to others. Until more information is available, **wearing a mask and practicing safe social distancing is critical**.



Research on this article is done with information from the Mayo Clinic Health Center website. (<https://www.mayoclinichealthsystem.org/>)

Questions?
Call 877-692-8686



4 MITOS DEL COVID VS HECHOS



Las vacunas COVID-19 están aquí, pero muchas personas están nerviosas acerca de si son seguras. Aquí hay cuatro mitos con los hechos reales que necesita saber.

1 MITO 1: NO ES SEGURO PORQUE SE DESARROLLÓ DEMASIADO RÁPIDO



La emergencia mundial estimuló el rápido desarrollo de las vacunas COVID-19, pero las empresas **no pasaron por alto los protocolos de seguridad requeridos** para hacerlo. La FDA y un panel independiente de expertos en vacunas evaluaron las vacunas para asegurarse de que sean seguras y efectivas.

2 MITO 2: YA TENÍA COVID-19, ASÍ QUE SOY INMUNE

Los investigadores **no están seguros por cuanto tiempo va a estar una persona inmune** a contraer COVID-19 nuevamente después de haberse infectado y recuperado. Por esa razón, cualquier persona que no esté en cuarentena o que haya estado expuesta recientemente a alguien que tenga COVID-19 debe vacunarse.

3 MITO 3: LAS VACUNAS TIENEN EFECTOS SECUNDARIOS GRAVES



De acuerdo a Mayo Clinic el 50% **presenta efectos secundarios leves o moderados** a las vacunas, como dolor de cabeza, escalofríos, fatiga, dolor muscular o fiebre que dura uno o dos días. Estos efectos secundarios son indicadores de que su sistema inmunológico está respondiendo a la vacuna y en realidad son comunes cuando recibe vacunas.

4 MITO 4: NO NECESITARÉ USAR UNA MÁSCARA DESPUÉS DE SER VACUNADO

Las vacunas evitaran que se enferme, pero **se desconoce si aún se puede transmitir** el virus a otras personas. Hasta que haya más información disponible, **es fundamental usar una máscara y practicar un distanciamiento social seguro.**

La investigación sobre este artículo se realiza con información del sitio web del Centro de Salud de Mayo Clinic. (<https://www.mayoclinichealthsystem.org/>)

Preguntas?
Llame al 877-692-8686

