

Vacunarte es importante, no lo dejes pasar



La vacunación es la manera más efectiva de ayudar a adquirir protección en contra de algunas enfermedades causadas por bacterias y virus.

Las vacunas fueron creadas con el propósito de desarrollar inmunidad en el cuerpo humano y poder estar protegidos contra las enfermedades. Por lo general se aplican en forma de inyección o aerosol por la nariz. Cuando recibas la vacuna, tu cuerpo producirá los anticuerpos necesarios como parte de tu sistema inmunológico.

Si vuelves a estar expuesto al virus o a la bacteria, tu cuerpo lo reconocerá y producirá los mismos anticuerpos para prevenir o combatir la enfermedad.

Existen varias enfermedades que se pueden prevenir con la vacunación adecuada. Dialoga con tu proveedor de salud, sobre tu historial de vacunas y evalúa si es necesario que se te administre alguna en este momento.

¿Existen riesgos al vacunarme?

Al momento de vacunarnos podemos tener dudas o preocupaciones sobre los posibles riesgos. Las vacunas en el mercado son aprobadas por FDA (Food and Drug Administration) y son evaluadas y probadas para asegurarse que son seguras. Algunos de

los síntomas que puedes presentar al vacunarse son enrojecimiento en el área de la inyección, dolor o inflamación. Estos efectos, por lo general, son leves y desaparecen a las pocas horas de haber recibido la vacuna. Informa a tu médico de todas las alergias que tengas o si tu sistema inmunológico se encuentra debilitado.

Mantén un registro para asegurarte de que recibas todas las vacunas que necesitas en el momento adecuado. Tu médico también podrá mantener el registro de tus vacunas en tu expediente médico. Es posible que te pidan estos documentos en algún momento.

La vacunación es el mejor método de protección y prevención que tenemos, acude a tu centro de vacunación más cercano.

Departamento de Educación & Prevención, Humana PR
Fuente: www.cdc.gov

Esta información tiene fines educativos únicamente y no pretende sustituir la consejería médica profesional. Consulte a un proveedor de cuidado médico cualificado para diagnosticar o desarrollar un plan de tratamiento específico para sus necesidades de servicios de salud. Si se encuentra en una situación de emergencia médica o que ponga en peligro su vida, marque 9-1-1 y busque atención médica de inmediato.

Humana®

Y0040_PRHKLBPSP_C

¡Importante!

En Humana, es importante que usted reciba un trato justo.

Humana Inc. y sus subsidiarias no discriminan ni excluyen a las personas por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, sexo, orientación sexual, género, identidad de género, ascendencia, estado civil o religión. La discriminación va en contra de la ley. Humana y sus subsidiarias cumplen con las leyes de derechos civiles federales aplicables. Si usted cree que Humana o sus subsidiarias le han discriminado, hay formas de obtener ayuda.

- Puede presentar una queja, también conocida como queja formal a:
Discrimination Grievances, P.O. Box 14618, Lexington, KY 40512-4618
Si necesita ayuda para presentar una queja formal, llame al **1-866-773-5959** o bien, si utiliza un **TTY**, llame al **711**.
- También puede presentar una queja de derechos civiles ante el **Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.**, Oficina de Derechos Civiles, por medios electrónicos a través del portal de quejas disponible en **<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>** o en **U.S. Department of Health and Human Services**, 200 Independence Avenue, SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, **1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)**. Los formularios de quejas están disponibles en **<https://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>**.
- **Residentes de California:** También puede llamar a la línea directa gratuita del California Department of Insurance (Departamento de Seguros de California): **1-800-927-HELP (4357)**, para presentar una queja formal.

Tiene a su disposición recursos y servicios auxiliares gratuitos. 1-866-773-5959 (TTY: 711)

Humana provee recursos y servicios auxiliares gratuitos como, por ejemplo, intérpretes acreditados de lenguaje de señas, interpretación remota por video e información escrita en otros formatos para personas con discapacidades cuando dichos recursos y servicios auxiliares sean necesarios para garantizar la igualdad de oportunidades de participación.

Tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. 1-866-773-5959 (TTY: 711)

Español (Spanish): Llame al número arriba indicado para recibir servicios gratuitos de asistencia lingüística.

繁體中文 (Chinese): 撥打上面的電話號碼即可獲得免費語言援助服務。

Tiếng Việt (Vietnamese): Xin gọi số điện thoại trên đây để nhận được các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí.

한국어 (Korean): 무료 언어 지원 서비스를 받으려면 위의 번호로 전화하십시오.

Tagalog (Tagalog – Filipino): Tawagan ang numero sa itaas upang makatanggap ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad.

Русский (Russian): Позвоните по номеру, указанному выше, чтобы получить бесплатные услуги перевода.

Kreyòl Ayisyen (French Creole): Rele nimewo ki pi wo la a, pou resevwa sèvis èd pou lang ki gratis.

Français (French): Appelez le numéro ci-dessus pour recevoir gratuitement des services d'aide linguistique.

Polski (Polish): Aby skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej, proszę zadzwonić pod wyżej podany numer.

Português (Portuguese): Ligue para o número acima indicado para receber serviços linguísticos, grátis.

Italiano (Italian): Chiamare il numero sopra per ricevere servizi di assistenza linguistica gratuiti.

Deutsch (German): Wählen Sie die oben angegebene Nummer, um kostenlose sprachliche Hilfsdienstleistungen zu erhalten.

日本語 (Japanese): 無料の言語支援サービスをご要望の場合は、上記の番号までお電話ください。

فارسی (Farsi)

برای دریافت تسهیلات زبانی بصورت رایگان با شماره فوق تماس بگیرید.

Diné Bizaad (Navajo): Wóda hí béésh bee hani'í bee wolta'ígíí bich'í' hódíílnih éí bee t'áá jiik'eh saad bee áká'ánída'áwo'déé nika'adoował.

العربية (Arabic)

الرجاء الاتصال بالرقم المبين أعلاه للحصول على خدمات مجانية للمساعدة بلغتك

GCHJV5RSP 0220