



## 4 COSAS QUE DEBES HACER ANTES DE RECIBIR TU VACUNA COVID-19

Si cumples con los criterios de elegibilidad para recibir una vacuna COVID-19, conseguiste una cita y estás listo(a) para recibir tu vacuna, ahora solo debes prepararte para tu gran día. Saber algunas cosas de antemano debería hacer que el proceso se desarrolle sin problemas.

Por ello, aquí te mencionamos **4 cosas que debes hacer antes de recibir una vacuna COVID:**

1. **Agendar una cita.** En muchos casos, no puedes solamente ingresar a un sitio donde se administran las vacunas COVID y esperar que te la apliquen. Lleva un comprobante de tu cita programada por si acaso, ya sea digitalmente o como una copia impresa.
2. **No tomes medicamentos.** Es posible que te sientas inclinado(a) a tomar ibuprofeno o paracetamol antes de la vacuna COVID, a fin de evitar el dolor o los efectos secundarios posteriores a la vacunación. Sin embargo, las agencias sanitarias en general recomiendan no tomar medicamentos de venta libre antes de recibir la inyección.
3. **Come y bebe algo.** Es posible que tengas que conducir una cierta distancia hasta la sede de tu cita, esperar un tiempo para que te reciban y quedarte después para observación, todo mientras usas tu cubrebocas o máscara facial. Te sentirás mejor si no tienes hambre o sed durante la experiencia.
4. **Llega con tiempo de anticipación.** Planea llegar a tu cita 15 minutos antes. Si vas a conducir o transportarte en un horario donde hay mucho tráfico, sal con aún más tiempo, para que puedas ocuparte de cualquier papeleo y todavía llegar a tiempo a tu cita.

Vía: Clickisalud; Hackensack Meridian Health