



Preparándose como una Persona con Discapacidad que se Encuentra en una Situación de Marginación Múltiple

¡Todo el que quiera una vacuna debería recibirla! Las vacunas COVID-19 son [seguras y efectivas](#). Si usted es una de las pocas personas que contrae COVID-19 después de recibir la vacuna, tiene muchas menos posibilidades de:

- [Enfermarse gravemente](#)
- [Ir al hospital](#)

La vacuna puede tener efectos secundarios para muchas personas. Es posible que no experimente efectos secundarios o puede experimentar efectos secundarios durante unos días. Si tiene una vacuna de dos inyecciones, puede experimentar efectos secundarios después de una, ambas o ninguna de las inyecciones.

Estos [efectos secundarios](#) podrían incluir:

- Cansancio
- Brazo adolorido
- Hinchazón
- Fiebre
- Dolor de Cabeza
- Náusea

Las identidades marginadas son identidades sociales que son empujadas a los márgenes, para ser olvidadas o excluidas activamente. Las diferentes identidades marginadas en los EE. UU. Incluyen, entre otras: raza, etnicidad, identidad de género, orientación sexual, ingresos, nivel de educación, estado de vivienda y dominio del inglés.

Qué deben hacer las personas con identidades de marginación múltiple para prepararse...

Antes de la vacuna:

- **Encuentre un sitio de vacunas que se adapte a sus necesidades.** No todos los sitios de vacunas cubrirán todas las necesidades; de prioridad a sus necesidades y busque un sitio que se encuentre con ellas. Considere la ubicación, que sea seguro para usted, sea accesible para usted, y el horario en que está abierto, que sea conveniente para usted.

Durante:

- **Traiga lo que necesite para que el proceso de vacunación sea lo más cómodo posible** El sitio de la vacuna está tratando de vacunar a la mayor cantidad posible de personas y es posible que no esté buscando formas de satisfacer sus necesidades de acceso. Considere llevar consigo apoyos que lo ayudarán a sentirse cómodo en este entorno, como:
 - Música con audifonos
 - Una persona de apoyo, ya sea en persona o virtualmente

Después:

- **Involucre a su red de apoyo para ayudarlo con los posibles efectos secundarios.** Todos tenemos diferentes efectos secundarios de la vacuna; Comuníquese con amigos, familiares o personas de apoyo para que lo ayuden con las actividades de la vida diaria, el cuidado de los niños, etc.