



### Vacunas para un embarazo saludable

¡Dé a su bebé un comienzo saludable en la vida! Las inyecciones (que también se llaman vacunas) son una manera segura de protegerse a usted y a su bebé de algunas enfermedades perjudiciales.

#### ANTES DEL EMBARAZO

**Recibir inyecciones antes de quedarse embarazada.** Ya sea su primer bebé o si planea tener otro hijo, esté al corriente con sus inyecciones para protegerse a usted y a su familia. Hable con su médico sobre qué inyecciones son las correctas para usted.

Estas incluyen:

- MMR (sarampión, paperas, rubéola)
- Gripe (influenza): tan pronto como la vacuna esté disponible.
- Varicela
- Hepatitis B
- COVID-19: vacuna y vacunas de refuerzo
- Otras vacunas recomendadas por su médico.

---

*¡Buenas noticias!* Si no recibe estas inyecciones antes de quedarse embarazada, puede recibirlas después de que nazca su bebé. Si recibió inyecciones mientras ya estaba embarazada, infórmele a su médico.

---



#### DURANTE EL EMBARAZO

**Subebé cuenta con usted para la mejor protección.** Durante el embarazo, es más probable que la gripe y el COVID-19 le causen problemas graves a usted y a su bebé. La tos ferina también puede ser mortal para los bebés recién nacidos.

Pídale a su médico estas vacunas:

- Tdap (tétanos, difteria y tos ferina) lo antes posible durante el tercer trimestre, incluso si se le administró antes del embarazo.
- Gripe: tan pronto como la vacuna esté disponible.
- COVID-19: vacuna y vacunas de refuerzo

Obtener estas inyecciones es seguro. La protección que recibe de estas inyecciones se la pasa a su bebé en el útero. Esto ayuda a proteger a su bebé hasta que sea lo suficientemente mayor para vacunarse contra estas enfermedades.

---

*¿Sabía qué?* También puede elegir al médico de su bebé mientras está embarazada. Programe una consulta para recibir consejos expertos sobre las inyecciones para bebés y más antes de que nazca su bebé.

---



## DESPUÉS DE QUE NAZCA EL BEBÉ

**Rodee a su bebé con protección.** Los recién nacidos son demasiado pequeños para recibir vacunas contra la gripe y tos ferina. Si bien recibir sus vacunas durante el embarazo protege más, asegúrese de recibir las vacunas que se saltó. Recibir inyecciones de rutina mientras está amamantando es seguro para usted y su bebé.

Para proteger más a su bebé:

- Mantenga a su bebé lejos de las personas enfermas.
- Pida a los familiares, amigos y cuidadores que tengan sus vacunas contra la gripe y asegúrese de que estén al día con otras vacunas, como la tos ferina y el COVID-19.
- Recuérdele a las personas que están cerca de su bebé que se laven las manos con frecuencia.

## DÓNDE VACUNARSE

Es posible que en el consultorio de su médico tenga las inyecciones que necesita. O su farmacia puede tener las inyecciones. Si necesita ayuda para encontrar un lugar a donde ir, llame a su médico o al Departamento de Servicios al Miembro de Alliance al **1.510.747.4567**.

Para obtener más información:

- [www.cdc.gov/vaccines/pregnancy](http://www.cdc.gov/vaccines/pregnancy)  
Lea más sobre las vacunas y el embarazo.
- [vaccines.gov](http://vaccines.gov)  
Encuentre los centros de atención más cercanos a usted para la vacuna contra el COVID-19 y la gripe.

### ¿Necesita más ayuda?

Llame a los Programas de Salud de Alliance

De lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m.

Número de teléfono: **1.510.747.4577**

Línea gratuita: **1.855.891.9169**

Personas con impedimentos auditivos y del habla

(CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

[www.alamedaalliance.org](http://www.alamedaalliance.org)

ALAMEDA  
**Alliance**  
FOR HEALTH

HE\_MBRS\_IMMUNIZATIONS PREGNANCY 01/2023  
HED BS-15 01/2023