

# BOLETÍN DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

## MEDIDAS PARA LA PREVENCIÓN Y FOMENTO DE VIDA SALUDABLE

Dirección General de Salud Pública. Departamento de Sanidad

### Qué debemos saber sobre la vacuna contra la COVID-19

**2** Dosis



**21** Días de separación entre la primera y según dosis

**Voluntaria y gratuita**

El consentimiento será verbal

Consentimiento por escrito para las personas sin capacidad propia para decidir

- En las primeras fases se empleará la vacuna de **Pfizer/BioNTech**.
- La administración de las dos dosis de vacuna **reduce la probabilidad de enfermar**.
- La **protección óptima** de la vacuna se consigue hacia las **dos semanas** tras haber recibido la segunda dosis.

- Las **personas vacunadas**: deberán seguir adoptando las **medidas de prevención** para reducir la transmisión



**Se RECOMIENDA la vacunación de todas las personas**

Como cualquier otra vacuna ésta puede producir efectos secundarios. La mayoría son **leves y de breve duración**.



Si se ha pasado la enfermedad recientemente y se está en aislamiento o cuarentena, se vacunará cuando finalice este período.

#YoMeVacuno 

La única **contraindicación** es la **alergia** a la propia vacuna o a sus componentes.

Si tienes otro tipo de **alergia**, si tomas **anticoagulantes** o estás **inmunodeprimido** también **puedes vacunarte**.

 **GOBIERNO DE ARAGON**

[Pulsa aquí para más información sobre la campaña de vacunación](#)

## Información general

- Equidad en Salud y COVID-19
- Vacunación COVID-19. Preguntas comunes
- Día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia

## Bienestar emocional

- Hacer lo que importa en tiempos de estrés
- Día Internacional de la lucha contra la Depresión
- Cómo sobrevivir emocionalmente al caos familiar producido por el coronavirus

## INFORMACIÓN GENERAL

## BIENESTAR EMOCIONAL

## COMPORTAMIENTOS SALUDABLES

## PROFESIONALES

**Recurso audiovisual**

**Vídeo Entendiendo la vacuna COVID-19**

## DECÁLOGO CINE Y SALUD POR UN RODAJE SEGURO

- 1 **Nombra en tu equipo a un "responsable anti-Covid"** que supervise todos los protocolos para un rodaje seguro
- 2 **Practica las 3M tanto delante como detrás de la cámara:** la higiene de manos, el metro y medio de distancia y el uso de la mascarilla
- 3 **Crea historias donde la práctica de las 3M no sea un inconveniente** y si una oportunidad de contar lo que sucede en esta pandemia
- 4 **Haz de la distancia una excusa para la creatividad de planos y una máxima de seguridad tanto entre los actores como en el equipo técnico**
- 5 **Rueda en entornos abiertos y en localizaciones donde los espacios estén siempre bien ventilados y no concurridos**
- 6 **Evita al máximo el contacto cercano y el compartir objetos personales o propios del rodaje, técnicos o de atrezzo**
- 7 **Crea círculos de acceso y procura trabajar siempre con el mismo grupo de personas en las diferentes tareas y fases de la grabación**
- 8 **Cambia las mascarillas siempre que se necesite, desinfecta el set antes y después de cada toma y toma la temperatura de manera regular**
- 9 **Vela por un clima de empatía, buen rollo y bienestar que anime a rodar a pesar de las circunstancias: pon buena música, di frases positivas... etc.**
- 10 **Y si durante la filmación aparecen síntomas compatibles con Covid, paraliza el rodaje e informa rápidamente a tu tutor y a tu centro de salud**





Texto: Carlos Gurpegui

## Comportamientos saludables

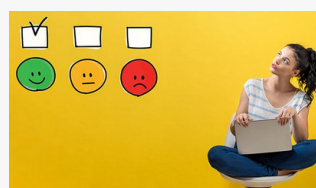
- Higiene del sueño
- Alimentación segura y saludable durante el embarazo



Bases XIX Certamen Cine y Salud  
Bases IV Concurso Carteles Cine y Salud



Resolución de la convocatoria de acreditación de RAEPS 2020



La pandemia y la juventud ¿Qué necesidades existen?



Agrega el núm.+34 680 72 64 96 a tus contactos y envía Hola para recibir información sobre COVID-19 y nuestro Boletín de Promoción de la Salud en tu móvil a través de WhatsApp

## Profesionales

- Informe ESPAD 2019
- Galería de Algoritmos COVID
- AEMPS Vigilancia de la Seguridad de las vacunas frente a la COVID-19
- App Salud Informa Aragón (para recomendar al usuario del Sistema)

## Otros recursos

- Un viaje patogénico. ¿Cómo se transmiten las enfermedades?
- Juego de cartas "Conoce, piensa y actúa por una ciudadanía global". Primer y Segundo Ciclo de Primaria. CERAI
- Los cuentos de Mingabe: cuentos para todas las edades de la Asoc. de Divulgación de Fibromialgia

**Un momento para las redes**

Leer da sueños en tu farmacia.  
Fundación el Tranvía