



**ESCUELA DE SALUD COMUNITARIA  
"ALINA SÁNCHEZ"**

**RESPUESTAS SENCILLAS A  
PREGUNTAS Y DUDAS  
ACERCA DE LAS VACUNAS  
CONTRA COVID 19**

**ESCUELA DE SALUD COMUNITARIA  
"ALINA SÁNCHEZ"**

Decidimos nombrar esta escuela, este tejido, por la compañera Alina Sánchez, Legerin Ciya. Alina, para nosotrxs es un ejemplo y una esperanza viva. En su vida de Alina encontramos también nuestra forma de plantear la salud - armonía entre todo lo vivo, libertad, una ausencia de la violencia capitalista y patriarcal, autonomía. Alina, sin fronteras, con una profunda inquietud de construir otro mundo, es una guía.



## RESPUESTAS SENCILLAS A DUDAS Y PREGUNTAS ACERCA DE LAS VACUNAS CONTRA COVID 19

### ¿Quiénes somos?

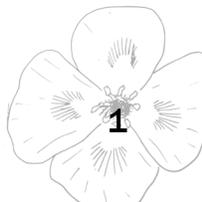
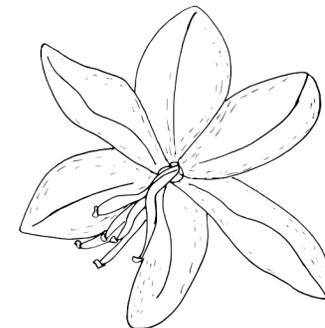
Somos una red de colectivos, organizaciones comunitarias, compañeras y compañeros preocupados con la defensa de la vida, principalmente en México. Nos une la salud comunitaria. A principios del 2020, empezamos a buscarnos, platicar y soñar con un tejido, en el cual pudiéramos apoyarnos a fortalecer nuestros trabajos de organización y de autonomías en nuestras distintas regiones.

El presente trabajo es producto del trabajo colectivo que desde esta escuela de salud compartimos, todo este material puede reproducirse con libertad, total o parcialmente.

Marzo, 2021

Con la gran cantidad de información circulando sobre el COVID 19, los tratamientos y, ahora, las vacunas, es importante que en nuestras comunidades, grupos, colectivos y organizaciones tengamos información y análisis serio y acertado sobre estos temas. Como red que conjunta a médicos tradicionales y alópatas, maestras, educadores populares, militantes, defensores de derechos humanos, estudiantes, enfermeras, químicas y promotores de salud de comunidades rurales y urbanas que se preocupan por la salud comunitaria, queremos aportar a la comunicación de información e ideas que nos ayuden a fortalecer nuestras luchas en defensa de la vida. No queremos reducir la reflexión sobre los cuidados ante el COVID 19 a sólo las vacunas, por ello, hemos elaborado y compartido otros materiales anteriormente sobre el uso de plantas medicinales, medidas físicas y tratamientos alópatas así como medidas de prevención colectivas e individuales.

Con este documento se pretende empezar a aclarar algunas dudas y preguntas así como enfrentar desinformación sobre las vacunas que hace más difícil resistir en estos tiempos de incertidumbre. Entendemos que la desconfianza e incluso el temor al uso de las vacunas son reales y también que no existen en un vacío político y social. Los abusos de la industria farmacéutica, el maltrato histórico desde la salud institucionalizada y comercializada abonan a esa desconfianza. ¿Qué hacer ante ello? Creemos que un aspecto fundamental de la defensa de una salud que pertenece a todas y todos es acceso a información verídica sobre las enfermedades, la prevención y los tratamientos y así poder valorar desde nosotras y nosotros qué acciones llevar a cabo para proteger nuestra salud colectivamente.



## 1. Las vacunas provocan otras enfermedades y matan.

De hecho, es muy raro que las vacunas provoquen enfermedades, complicaciones graves o muertes.

Con los números que se tienen hasta el momento en México y a nivel internacional, podemos decir que las vacunas contra COVID 19 son bastante seguras, sin olvidar que todos los tratamientos médicos pueden conllevar un riesgo, aunque sea mínimo. También, para poner en perspectiva, recordar que la frecuencia de complicaciones graves y la mortalidad de la enfermedad de COVID 19 son mucho más elevadas que la frecuencia de efectos secundarios graves de las vacunas.

Aquí compartimos información más detallada:

### Las vacunas en general:

Como en el caso de todos los medicamentos, así como con el consumo de ciertas plantas, ha habido casos de complicaciones graves tras la aplicación de vacunas pero esas suelen ser muy raras. Algunas de las complicaciones graves que se han visto a lo largo de los años tras la aplicación de las vacunas que son parte del esquema de vacunación universal incluyen: reacciones alérgicas severas, efectos en los nervios que controlan la sensación y la fuerza en el cuerpo, inflamación del cerebro. Para que se entienda lo raro que son esos casos, se reportan en general en una o dos personas tras millones de aplicaciones de las vacunas. Ninguna de las vacunas tiene reportes de complicaciones severas más comunes. La información de las reacciones adversas tras la aplicación de vacunas se puede consultar en el sitio de internet de la OMS ya que a nivel mundial ese tipo de reacciones se monitorizan y deben ser reportadas.

Los efectos secundarios más comunes tras la aplicación de las vacunas suelen ser leves e incluyen: dolor en el lugar de la inyección, dolor muscular, dolor de cuerpo, dolor de cabeza, malestar general, fiebre.

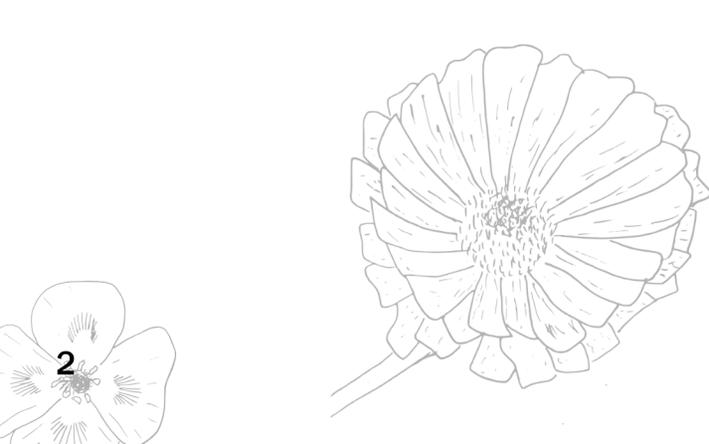
## Las vacunas contra COVID 19:

En caso de las vacunas contra COVID 19 que ya se están usando en el público, los efectos secundarios más comunes suelen ser dolor, hinchazón en el lugar de la inyección, dolor de cabeza, dolor de músculos, malestar general, escalofríos, fiebre, náusea. En su mayor parte, cuando ocurren, esos efectos secundarios ocurren en el primero o segundo día tras la aplicación.

Ha habido algunos casos de complicaciones más graves tanto en México como en otros países con las diferentes vacunas, algunas de afectación neurológica, de complicaciones a nivel del cerebro, y algunas reacciones alérgicas severas. De nuevo, esos casos son raros. Por ejemplo, en México, hasta el 5 de marzo de este año, la Secretaría de Salud reportó que tras la vacunación de 2 millones 731 mil 900 personas, se habían reportado sólo 10 640 casos de posibles efectos secundarios relacionados a las vacunas y de esas, sólo 62 fueron reportados como graves, 18 de ellos aún en hospital. Ningún caso de deceso ha sido relacionado hasta el momento en México con la aplicación de vacuna contra COVID 19.

En los Estados Unidos se han aplicado un poco más de 76 millones de dosis de vacunas contra el COVID 19 hasta el momento. Se han reportado aproximadamente 2 a 5 casos de reacciones alérgicas severas por cada millón de dosis aplicadas. Además, no se ha detectado ningún patrón de muertes en las personas vacunadas que sugiera un problema serio con las vacunas.

En cada país en donde se están aplicando las vacunas y también en donde se están realizando estudios e investigación sobre ellas, hay un sistema de reportaje y monitorización de los efectos adversos, misma información que se tiene que reportar con los organismos internacionales de la salud para que cualquier problema con las vacunas sea investigado y reportado. Por lo mismo, la información sobre las posibles muertes y otras complicaciones se sigue actualizando semana por semana y mes por mes.



## 2. ¿Las vacunas para COVID 19 son experimentales?

Las vacunas que se están aplicando han sido aprobadas para uso público y al mismo tiempo siguen bajo estudio. Hay datos ya de su seguridad y eficacia por lo menos en estos primeros meses de uso.

### Aquí explicamos más a fondo:

De todas las vacunas contra COVID 19 que se empezaron a desarrollar en el 2020, al inicio de la pandemia, algunas ya han sido aprobadas para uso público ya que han demostrado un beneficio importante contra la enfermedad y pocos incidentes de efectos secundarios graves. Al mismo tiempo, como cualquier medicamento o vacuna, siguen bajo investigación. Esos estudios seguirán por un tiempo largo para captar cualquier problema que pueda surgir.

En este momento esas vacunas están bajo investigación científica, en lo que se llama fase 3 de los estudios clínicos. Antes de llegar a la fase 3, pasaron por estudios preclínicos y estudios clínicos de fase 1 y 2, durante los cuales se empezaron a administrar a grupos más pequeños de personas para ver si provocaban algún problema de salud mayor. Sólo al demostrar que no causaban complicaciones graves pudieron pasar a la fase 3. De todas las vacunas que empiezan en estudios preclínicos, solo una pequeña parte pasan a las fases más avanzadas de estudio.

En la fase 3 de estudio, se ocupan las vacunas en un número más grande de personas para analizar exactamente cuánto beneficio aportan a la población, qué tanto ayudan a prevenir la enfermedad para la cual se diseñaron, etc. En esta fase, se comparan dos grupos de decenas de miles de personas, un grupo que recibió la vacuna y el otro grupo que no recibió la vacuna y se va estudiando si desarrollan COVID 19, qué síntomas tienen, quiénes se ponen graves y también cualquier efecto secundario, muerte, etc. Cada vacuna tiene su propio estudio. En caso de las vacunas contra COVID 19, estos estudios siguen mientras, ante la urgencia por la gran cantidad de muertes que ha provocado la enfermedad, las que han pasado las pruebas iniciales de seguridad y beneficio están ya usándose en el público.

Ante la urgencia de controlar la pandemia y reducir la cantidad de muertes, la aprobación de las vacunas contra COVID 19 fue más rápida de lo que usualmente suele durar el proceso de investigación y aprobación. Es importante recordar que aún con ese proceso agilizado, la tecnología detrás de las vacunas no es nueva. Aún en caso de las vacunas con tecnología “más nueva”, las que ocupan ARN mensajero, como la de Pfizer y Moderna, se ha estudiado el uso de ARN mensajero para las vacunas durante más de una década. Ahora se está aplicando por primera vez en vacunas de uso público.

Definitivamente, falta recabar más datos sobre las vacunas respecto a cuánto van a afectar la transmisión de persona a persona, su seguridad a largo plazo, sus beneficios a largo plazo, justo porque debe transcurrir más tiempo de su uso en la población para tener esos datos, sin embargo, también es importante revisar los datos que ya se tienen respecto a su seguridad y su efectividad – datos que ya empezamos a tener y que son actualizados constantemente. Los datos que se tienen hasta el momento sugieren que son seguras y que sí nos ayudan a prevenir cuadros graves de COVID 19.

## 3. Si me vacuno de todos modos me puedo enfermar, ¿entonces para qué me lo pongo?

Las vacunas han demostrado buena eficacia en reducir la cantidad de personas que desarrollan síntomas de COVID 19, y una eficacia de 100% en reducir cuadros graves y muerte.

### Aquí explicamos a más detalle:

Hay diferentes vacunas contra COVID 19 actualmente para uso público, y varían un poco en la forma en la cual funcionan. Al final, todas hacen que el cuerpo reaccione desde su sistema inmunológico, para fabricar una memoria interna de cómo es el virus que provoca la enfermedad COVID 19 y fabricar defensas en contra de ese virus. Así cuando nos exponemos al virus, el cuerpo ya tenga defensas listas y tenga una memoria de cómo hacer más defensas. El objetivo de todo eso es que nos enfermemos menos y si nos llegamos a enfermar, evitemos desarrollar una enfermedad grave, ya que el cuerpo de alguna manera estará listo para defenderse contra el virus.

Ninguna vacuna reduce el riesgo de adquirir la enfermedad a cero. Pero es importante aclarar lo que las vacunas de COVID 19 hacen, y lo que no hacen.

### La reducción en “cuadros sintomáticos”

Cuando se dice que una vacuna, por ejemplo la de Pfizer, tiene una efectividad de 92%, lo que se está diciendo es que si te aplicas esa vacuna, tienes 92% menos riesgo de desarrollar los síntomas (fiebre, diarrea, tos, malestar, fatiga, etc.) de COVID 19 AÚN SI TE EXPONES AL VIRUS O SI TE INFECTAS. Para la vacuna de Astra Zeneca se ha reportado una efectividad de 66% en general de reducir los “cuadros sintomáticos” de COVID 19. Así cada vacuna tiene su propia efectividad en reducir los casos sintomáticos, hasta el momento la efectividad de las que están para uso público suele ser de 60% para arriba. Entonces, quienes se ponen la vacuna tienen mucho menos riesgo de enfermarse. Eso también quiere decir que a nivel colectivo, habrá menos personas enfermas.

### La reducción en “cuadros graves”

Ahora, si hablamos del riesgo de tener COVID 19 grave, o severo, que se refiere a cuando ya se necesita oxígeno, estar en el hospital y hay mucho más riesgo de morir, TODAS las vacunas que se están usando públicamente hasta el momento han demostrado ser 100% efectivos. Es decir en los estudios de fase 3 de todas esas vacunas, hasta el momento, en el grupo de personas que recibieron la vacuna, NINGUNA desarrolló COVID 19 grave. .

## Lo que no sabemos aún

Dado que la fase 3 de los estudios empezó hace apenas 4 a 5 meses, dependiendo de la marca de vacuna, nos faltan datos aún para poder confirmar que las vacunas disminuyen como tal la transmisión, es decir el paso del virus de una persona a la otra. No podemos confirmarlo porque simplemente faltan partes del estudio para poder decir si las vacunas tienen ese beneficio o no. De acuerdo a unos pocos estudios hechos en Israel e Inglaterra hasta el momento, dado la reducción en casos de COVID 19, es posible que las vacunas SÍ reducen la transmisión, sin embargo, hay que dejar pasar más tiempo de estudio y análisis para confirmar o rechazar ese supuesto.

Entonces, es cierto que no sabemos si las vacunas contra COVID 19 como tal previenen que uno “agarre el virus”, tampoco sabemos si previenen que una persona pueda pasar el virus que he agarrado a otra persona. Por eso, hasta que sepamos, es muy importante que sigamos usando las medidas de cuidado como el cubrir bocas y el aislamiento físico. PERO, también es cierto que la información disponible hasta ahora nos demuestra que las vacunas reducen de forma importante las posibilidades de desarrollar síntomas de COVID 19 y que son 100% efectivas en prevenir casos graves de COVID 19. Si pensamos en el beneficio en la comunidad, las vacunas hacen que menos gente se ponga mal, menos gente necesite oxígeno, menos gente esté en hospital, menos gente necesite un respirador y menos gente muera. En particular eso ayuda a las personas de nuestras comunidades que se enferman más fácilmente y que se ponen más graves, y también a quienes están más expuestos al virus. Visto de esa forma, vacunarse es contribuir a la salud colectiva.



## 4. ¿Me tendré que vacunar frecuentemente para que funcione?

Cada marca de vacuna ha establecido, con base en sus investigaciones, si se necesita una segunda dosis de su vacuna y en caso de que sí, a cuánto tiempo de la primera dosis se debe aplicar la segunda dosis. Esto se basa en los estudios clínicos que se han hecho y la efectividad aumentada que se observó tras una segunda dosis.

Por ejemplo, en caso de Pfizer, se recomienda la segunda dosis a los 21 días o lo más cercano a ello posible, aunque se da una ventana hasta los 42 días.

-En caso de la nueva vacuna de Johnson and Johnson, sólo se aplica una sola dosis.

-En caso de Astra Zeneca, se está estudiando el mejor momento para aplicar la segunda dosis aunque las recomendaciones más actuales dicen que a los 3 meses de la primera dosis.

-En caso de Cansino, sólo se aplica una dosis.

-En caso de Sputnik V, se aplican dos dosis, la segunda dosis a los 21 días después de la primera.

Así, se debe investigar a cuánto tiempo debe uno aplicar la segunda dosis si es necesaria, dependiendo del tipo de vacuna que se aplicó la primera vez, esta información está disponible en internet en diversos sitios, en infografías, etc. y también lo deben mencionar los profesionales de la salud que les administran su primera dosis.

Hay vacunas que dan una inmunidad (defensas) de por vida y otras que requieren dosis de refuerzo tras algunos años. Dado el relativamente poco tiempo de estudio de las vacunas contra COVID 19 en población grande, aún no se sabe cuánto tiempo durará la inmunidad (defensas) adquirida tras la vacuna, de eso dependerá si se tendrán que poner otras dosis de refuerzo en el futuro. Tendremos que estar pendientes de esa información.

## 5. ¿Las mujeres embarazadas se pueden vacunar?

No existe una respuesta fácil a esa pregunta. Faltan datos de los estudios de las vacunas contra COVID 19 para decir que definitivamente son seguras para las mujeres embarazadas. Hay mujeres embarazadas que se han aplicado la vacuna, sin embargo habrá que seguirlas estudiando así como a sus bebés para estar seguros que las vacunas no provocaron problemas. Al mismo tiempo, tampoco hay información que diga que las vacunas NO sean seguras durante el embarazo. Por lo mismo, lo que las instituciones de salud y las y los médicos aconsejamos a las mujeres embarazadas es que tomen una decisión de acuerdo a su nivel de riesgo de exposición a COVID 19.

Lo que sabemos es que el COVID 19 en mujeres embarazadas puede provocar cuadros graves y que el COVID 19 ha sido una causa importante de muerte materna en este último año en México. Por lo mismo, si una mujer está embarazada y por su trabajo, por su lugar de vida u otras ocupaciones tiene mucho riesgo de exponerse e infectarse, es aconsejable que considere aplicarse la vacuna y tome la mejor decisión tomando en cuenta esos riesgos y los beneficios de las vacunas en prevenir enfermedad grave.

## 6. ¿Las y los niños se deben vacunar contra COVID 19?

Hasta el momento, no. Las vacunas hasta el momento sólo se están estudiando y aplicando en población (en general) de 16 o 18 años para arriba.

Se están realizando estudios clínicos de algunas vacunas en niños y niñas y en próximos meses debemos tener la información respecto a su seguridad y efectividad. Así que, más tarde este año, quizás haya vacunas disponibles para las y los más jóvenes.



## 7. ¿Es posible me pongan la vacuna de una marca ahora y me pongan de otra marca para la segunda dosis?

Idealmente, se debe aplicar la segunda dosis de la misma marca que fue la primera ya que los estudios clínicos y los datos que tenemos corresponden a esquemas que respetaron la misma marca en la segunda dosis. Aunque se están iniciando estudios clínicos para valorar la efectividad de mezclar diferentes tipos de vacunas para la primera y segunda dosis, aún no tenemos datos sobre esto. Por eso debemos abogar por y exigir que nos lleguen las vacunas a tiempo y en cantidad suficiente para cubrir la primera y segunda dosis.

Ahora, yendo a los escenarios más probables debido a las limitaciones que impone el mercado capitalista y el subsecuente desabasto de vacunas en países con menor capacidad adquisitiva, es posible que el gobierno proponga en algún momento que la población se aplique su segunda dosis de una vacuna diferente a la primera. En teoría, eso debe funcionar para reforzar el sistema inmunitario dado que todas las vacunas tienen ese efecto, SIN EMBARGO habría que ver qué información tenemos al respecto para entonces dependiendo de las vacunas que proponen mezclar.

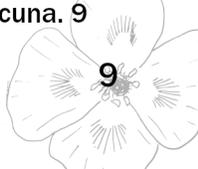
## 8. Las vacunas dejan material genético del virus en el cuerpo, o ¿qué me están Inyectando?

**La respuesta corta es un no.**

Aún en las vacunas que usan una parte del material genético del virus en la vacuna, ese material genético es destrozado por las células del cuerpo poco tiempo tras la inyección de la vacuna, justo en el proceso de montar las defensas. No queda en el cuerpo a mediano o largo plazo. Lo que persiste en el cuerpo únicamente son las células de su propio sistema inmunitario que ya tienen una memoria de cómo combatir el virus.

Las vacunas usan diferentes tecnologías para activar el sistema inmunológico del cuerpo, algunas usan una parte del material genético del virus o alguna proteína del virus. Todo eso con el fin de que las células del cuerpo reconozcan ese material foráneo al cuerpo y empiecen a producir defensas en su contra.

Para “entregar” ese material ya sea genético o de proteína al cuerpo, las vacunas también ocupan diferentes tipos de vehículos. Algunas usan pequeñas “bolas de grasa” microscópicas para que pueda entrar ese material a las células del cuerpo, otros usan el cuerpo de un virus de otro tipo mucho más débil y entonces incapaz de causar enfermedad y en ello ponen el material que hará que el cuerpo reconozca al coronavirus. La combinación del contenido y el vehículo, por decirlo así, es la vacuna. 9



## 9. ¿Debo seguir usando cubrebocas aunque me vacunen?

### **Definitivamente, sí.**

Para empezar, la respuesta inmunitaria tras la aplicación de la vacuna requiere de un par de semanas para desarrollarse, así que en ese periodo, uno se puede infectar y enfermar de COVID 19. Además de eso, aún nos faltan datos y tiempo para asegurar que las vacunas reducen como tal la posibilidad de infectarse por el coronavirus que provoca COVID 19 (recuerden que lo que sabemos hasta ahora es que las vacunas reducen el riesgo de tener síntomas y cuadros graves), y no sabemos aún si reducen la transmisión del virus de persona a persona. Además, recordar que la población está siendo vacunada en partes, sólo porque yo ya tengo que la vacuna, puede ser que más personas en mi comunidad aún no lo tengan. Por ende, para cuidarse y más importantemente, para cuidar a las y los demás en nuestra comunidad, es fundamental que aún con la vacuna puesta, por ahora debemos seguir las medidas de higiene que incluyen el cubre bocas, el lavado de manos y el distanciamiento físico.

## 10. Ya tuve COVID 19, ¿Aun así me debo vacunar y si sí, cuándo lo puedo hacer?

Así es, aunque hayas tenido COVID 19, te puedes vacunar. Lo ideal es esperar por lo menos unas 2, e idealmente 4 semanas tras recuperarse de la enfermedad antes de vacunarse. Aunque la infección de COVID 19 nos deja inmunidad por un tiempo después, aún no sabemos cuánto tiempo dura esa inmunidad. Algunas infecciones por virus nos dejan inmunes para toda la vida, otras sólo por un par de años. Aún no sabemos cuál será el caso con el coronavirus que causa COVID 19, ya que sólo llevamos aproximadamente un año y unos meses desde que iniciaron las primeras infecciones por ello. Por lo mismo, es recomendable, si te toca la vacuna, aunque te hayas infectado antes, que te lo pongas.



## 11. ¿Quiénes no deben ponerse la vacuna?

-Las únicas personas en las cuales existe una contra-indicación clara y definitiva es en personas que tienen una alergia a algún componente de la vacuna que se van a aplicar. Por ende, si alguien tiene historia de reacciones alérgicas, es necesario que revisen los componentes de la vacuna que se van a aplicar para decidir si es segura.

-Hasta el momento, no existe ninguna contraindicación basada en edad en adultos.

-Las y los niños y niñas y adolescentes menores a 18 años no se deben aplicar la vacuna.

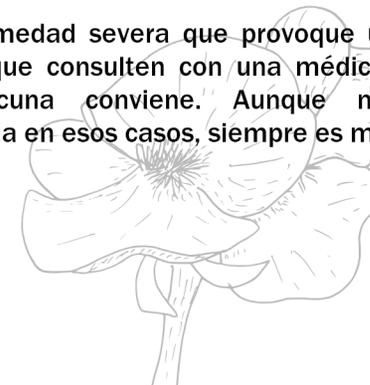
-Si se aplicaron alguna otra vacuna recientemente, lo recomendado es esperar por lo menos 2 semanas antes de aplicarse la vacuna contra COVID 19.

-Aunque no existen contraindicaciones estrictas en cuanto a otros grupos de personas, tomar en cuenta las siguientes situaciones:

-Se debe siempre tomar en cuenta si se está tomando algún medicamento que suprime el sistema inmunitario (esteroides, anticuerpos, otros medicamentos que alteran las defensas del cuerpo) y consultar con el médico que les prescribe esos medicamentos para decidir el mejor momento para aplicarse la vacuna. Algunos de esos medicamentos pueden reducir la efectividad de la vacuna.

-Si tienen alguna cirugía programada, para no confundir los efectos de la vacuna con otros problemas de salud, es recomendable (aunque no totalmente necesario) que dejen un espacio de unos días entre la aplicación de la vacuna y su cirugía. -Pueden consultar con su médica o cirujana para llegar a un acuerdo sobre ello.

-Si tienen alguna enfermedad severa que provoque una condición física deteriorada, es mejor que consulten con una médica para decidir si la aplicación de la vacuna conviene. Aunque no existe ninguna contraindicación conocida en esos casos, siempre es mejor consultar.



## 12. ¿Las vacunas no son una conspíración de las empresas para hacerse ricas?

En corto, no.

Sin duda, las empresas creadoras de las vacunas se están haciendo más ricas con la venta de las vacunas. Además, siguen con sus políticas de patentes que no permiten que las vacunas estén tan disponibles en todo el mundo como debe ser. Como otras empresas e industrias, también la industria farmacéutica se ha aprovechado de la pandemia para un beneficio propio. Sin duda esa situación es injusta y en contra de los principios éticos que deben ser la base fundamental en la protección de salud y debemos seguir luchando para que las vacunas así como otros tratamientos estén disponibles para todas y todos. Sin embargo, ese aspecto económico y político no cambia los datos que se tienen respecto a la seguridad y efectividad de las vacunas. En el monitoreo de esos aspectos de las vacunas, participan no sólo las empresas sino que una gran cantidad de organismos, instituciones y cuerpos reguladores de las vacunas no sólo en un país sino que en muchos países. Por lo mismo, en donde debemos poner atención es en esos datos, además del análisis de los datos que está saliendo de fuentes independientes, críticas y confiables.

No debemos perder de la vista que las comunidades más golpeadas por COVID 19 y en donde ha habido mayor mortalidad y sufrimiento han sido las comunidades marginadas, no sólo en México sino que en todo el mundo. Por lo mismo, debemos analizar bien cuáles son las medidas y los tratamientos que más han demostrado ser efectivos para prevenir COVID, tratarlo y seguir cuidando a quienes se enferman a mediano y largo plazo. Cuando tomamos esas decisiones, no solo decidimos para nosotros como personas, sino que decidimos para la colectividad.

