

Cinco

lugares donde puedes encontrar **información confiable** sobre las vacunas

Encontrar **información confiable** sobre las vacunas puede sentirse como atravesar un laberinto. Además, algunas fuentes que antes eran sólidas ahora ya no son tan confiables como deberían serlo.

Si buscas información que provenga **directamente de expertos médicos** (sin todo el ruido), estas fuentes son correctas, fáciles de entender y oportunas.

Y la mejor parte: **No tienes que buscar las actualizaciones.** Aquí tenemos una lista de los lugares exactos donde puedes seguirlos —redes sociales, boletines, aplicaciones, podcasts— para que puedas encontrar información sólida sobre las vacunas sin tener que esforzarte tanto.

3

Vaccinate Your Family

Qué es: Una organización nacional sin fines de lucro especializada en ofrecer a las familias información sobre las vacunas basada en la ciencia, en inglés y en español. Sus explicadores son breves, fáciles de leer y pensados para familias ocupadas.

Ideal para: Padres que quieren respuestas rápidas y confiables.

Dónde seguir:

@VaccinateYourFamily en Instagram y Facebook
@VaxYourFam en X

1

Centro de Educación sobre las Vacunas

Qué es: Una guía confiable sobre la vacunación por parte del Hospital de Niños de Filadelfia (CHOP, por sus siglas en inglés). Explica cada uno de los temas más importantes sobre la vacunación —en cuanto a los niños, adolescentes, el embarazo y los adultos mayores— en un lenguaje claro y conciso.

Ideal para: Padres, cuidadores y cualquier persona que busque respuestas sólidas sin tener que recurrir a artículos científicos.

Dónde seguir: El boletín mensual Parents PACK explica las noticias sobre las vacunas para las familias. La aplicación móvil gratuita "Vaccines on the Go" envía hechos y respuestas a preguntas frecuentes directo a tu teléfono.

4

La Clínica Cleveland

Qué es: Un hospital y centro de investigación sin fines de lucro conocido a nivel nacional por la atención basada en la evidencia y los explicadores de salud fáciles de leer. Perfecto para cuando quieres enviarle a tus amigos la "información real".

Ideal para: Respuestas rápidas y prácticas a preguntas comunes sobre las vacunas.

Dónde seguir:

@ClevelandClinic en Instagram, Facebook y X

Además: Suscríbete a sus boletines Health Essentials

2

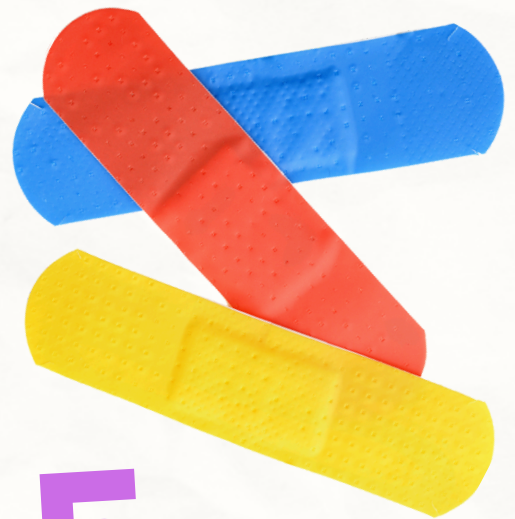
El Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (ACOG, por sus siglas en inglés)

Qué es: La organización profesional detrás de los obstetras y ginecólogos a nivel nacional. Explica cuáles vacunas necesitan las personas embarazadas en un lenguaje simple y práctico, sin jerga médica y sin provocar miedo.

Ideal para: Las personas embarazadas, en posparto o que intentan concebir.

Dónde seguir:

Instagram @acog_org y Facebook @ACOGNational



5

Healthy Children.org

Qué es: Un recurso útil de la Academia Estadounidense de Pediatría para los padres. Ofrece podcasts, un boletín mensual y un servicio de mensaje de texto de "pediatra en tu bolsillo" para actualizaciones rápidas sobre la salud de los niños. (El contenido está disponible en inglés y en español.)

Ideal para: Padres que buscan respuestas sobre las vacunas en las que pueden confiar, aprobadas por pediatras.

Dónde seguir:

@HealthyChildrenAAP en Instagram y @HealthyChildren en Facebook