

Episodio 25 – Superando las Barreras para Obtener una Inyección

Con la Dra. Lacey Cavanaugh

MÁQUINA GENERADA POR GOOGLE TRANSLATE

Diane (00:00):

Hoy en día, muchas personas dudan en recibir una vacuna o tal vez simplemente no pueden acceder a una, pero las razones varían. En Vax Matters, vamos a explorar ese tema específico.

Clay (00:19):

La pregunta que nos hacemos hoy es ¿por qué tantas personas enfrentan barreras cuando se trata de vacunarse? ¿Y por qué tantos dudan en vacunarse en primer lugar? Las razones pueden no ser tan obvias. La Dra. Lacey Cavanaugh se une a nosotros para brindar la perspectiva de un experto. Un director Médico Regional del Departamento de Salud de Luisiana, el Dra. Cavanaugh, supervisa la Región 5 de la Oficina de Salud Pública. Dra. Cavanaugh, es muy bueno tenerlo en el programa hoy. ¿Cómo estás?

Dra. Cavanaugh (00:51):

Hola. Lo estoy haciendo bien. Gracias por invitarme.

Diane (00:54):

Esperamos tener una gran conversación hoy, Dra. Cavanaugh, y creo que lo que queremos hacer es comenzar obviamente desde el principio. Cuéntenos cuáles podrían ser algunas de las barreras más comunes para que las personas se vacunen, doctor.

Dra. Cavanaugh (01:10):

Bueno, creo que hay un buen número de ellos. Uh, uno que hemos escuchado mucho últimamente es que la gente está muy ocupada. Específicamente, este verano, la gente está fuera de casa, viajando y disfrutando del tiempo, eh, que no han podido hacer, eh, durante algunos años. Así que creo que eso es algo que mucha gente menciona. Otra cosa que vemos mucho, al menos donde estoy. Estoy en el suroeste de Luisiana. Fuimos golpeados por dos grandes huracanes en los últimos dos años.

Dra. Cavanaugh (01:38):

Y eso ha creado mucho trabajo para la gente simplemente arreglando sus casas y, eh, tratando con sus compañías de seguros. Y entonces, hay muchas prioridades en competencia que tiene la gente. Y creo que, a veces, se sienten demasiado ocupados para detenerse y hacer tiempo y hacer de la salud una prioridad. Um, especialmente con el estado de la economía en este momento, um, la gente también está muy ocupada trabajando, a veces trabajando en varios trabajos. Y a veces puede ser difícil para las personas ausentarse del trabajo para priorizar su salud, incluida la vacunación.

Dra. Cavanaugh (02:15):

Um, entonces, ya sabes, esos son todos algunos. Um, a veces también escucho que el costo es una barrera. No tanto para la vacuna COVID, pero a veces para otras vacunas, el costo puede ser una barrera real. Um, algunos pacientes tienen miedo por varias razones. Citan preocupaciones de seguridad. A veces les tienen miedo a las agujas. A veces tienen miedo de los médicos. Um, y luego también somos una zona bastante rural y remota. Y entonces mucha gente siente que el acceso a un consultorio médico o a una farmacia no es fácil porque tienen que viajar un largo, un largo camino. O hay transporte poco confiable, o faltan médicos de atención primaria. Entonces, um, esos son probablemente algunos de los más comunes que escucho.

Clay (02:59):

Entonces, antes de que comenzáramos el programa de hoy, probablemente hubo una conversación de unos 20 minutos en esta sala sobre las agujas y el miedo a las mismas. Y no entraré en todos los detalles (risas) al respecto, aunque sería entretenido.

Diane (03:14):

Fue bastante gráfico, doctor.

Clay (03:15):

... podría ser-

Diane (03:15):

Fue muy gráfico.

Clay (03:16):

... entretenido hacerlo.

Diane (03:18):

Sí.

Clay (03:18):

Pero ¿qué pasa con el miedo a las agujas como una barrera que enfrentan las personas y no recibir vacunas o algunas de las diversas vacunas que existen?

Dra. Cavanaugh (03:28):

Bueno, solo diré que es, es legítimo y es real. Y es relativamente común. En realidad, es una condición médica reconocida oficialmente.

Diane (03:37):

¿Está?

Dra. Cavanaugh (03:39):

Sí, en orden, eh, ya sabes, las fobias son, son comunes. La gente tiene-

Diane (03:42):

Oh Dios mío.

Dra. Cavanaugh (03:43):

... fobias a todo tipo de cosas. Las agujas son una de esas, pero las personas también lo son más comúnmente... Um, es posible que escuches sobre las fobias de subirse a un avión o la fobia a cierto tipo de insecto. Entonces, esto es definitivamente real cuando, cuando la gente tiene fobia. Animo a las personas a que hablen con su médico porque hay bastantes opciones disponibles para las personas que tienen miedo a las agujas.

Clay (04:07):

Bueno. Hablemos de eso. Eso ayudará a mucha gente a escuchar.

Dra. Cavanaugh (04:11):

Por supuesto. Um, bueno, comenzaré diciendo que algunas vacunas en realidad vienen en otras formas además de una inyección real. Por ejemplo, la vacuna contra la gripe se puede administrar por vía nasal, ¿verdad? La vacuna contra el rotavirus, eh, en los niños se puede administrar por vía oral. Entonces, hay otras formas para algunos tipos de vacunas que las personas pueden recibir. Por lo tanto, puede haber una opción según las vacunas que una persona pueda necesitar. Um, otra cosa que diré es que, ya sabes, especialmente para los niños que tienen miedo de vacunarse, um, ver adultos de confianza en su familia...

Diane (04:46):

Mmm.

Dra. Cavanaugh (04:46):

... o personas que, en las que confían, viéndolos pueden, pueden ayudar a aliviar sus miedos cuando se dan cuenta de que tal vez no es tan, tan malo como lo imaginan. Quiero decir, he experimentado esto con mis propios hijos. Ya sabes, tengo un, um, siete y nueve años de edad. Y llevándolos al médico para que les pusieran las vacunas, estaban muy, muy molestos y preocupados.

Diane (05:08):

(risas)

Dra. Cavanaugh (05:09):

Y llorando porque, ya sabes, por supuesto, no querían pero luego-

Diane (05:11):

Derecha.

Dra. Cavanaugh (05:12):

... ya sabes, me vieron vacunarme contra la gripe. Y eran como-

Diane (05:14):

Vaya.

Dra. Cavanaugh (05:15):

... "Oh, no es gran cosa". Um, y en realidad ahora no tienen miedo de las vacunas después de, ya sabes, verme a mí y a mi esposo, um, recibir vacunas-

Diane (05:24):
yo tengo, yo-

Dra. Cavanaugh (05:24):
... entonces, um... Sí, adelante.

Diane (05:28):
No. Solo iba a, eh, Dra. Cavanaugh, uno de mis primeros recuerdos de recibir inyecciones. De acuerdo, esto va a retroceder mucho porque probablemente soy el mayor en toda esta sala.

Clay (05:36):
(risas)

Diane (05:36):
... probablemente en todo el podcast. Pero, sin embargo, recuerdo cuando yo era, eh, una niña pequeña, una niña pequeña y linda, podría agregar. Estaba en el hospital. Me habían sacado las amígdalas. Y recuerdo, quiero decir, recuerdos distintos como probablemente un niño de cinco o seis años acostado en la cama del hospital. Y una enfermera que pasaba junto a mi pequeña ventana del hospital con una bandeja que tenía tres inyecciones.

Clay (06:00):
Sí.

Diane (06:00):
Y recuerdo haber dicho conscientemente: "Oh, Dios mío. ¿Quién se las va a llevar?". Y entró en mi habitación, entró en mi habitación del hospital. Y yo fui el que recibió los tres disparos. Yo, pensé, ya sabes, incluso cuando era niño, era como un puro terror.

Clay (06:16):
Pensaste que Michael Myers se había metido en la habitación entonces.

Diane (06:18):
Oh Dios mío. Bueno, eso fue incluso antes de él.

Clay (06:19):
(risas)

Diane (06:19):
Sabes, eso fue hace mucho tiempo pero, ya sabes, las cosas... Mi punto es que las cosas han cambiado mucho-

Clay (06:25):

Sí.

Diane (06:26):

... como cuando yo era, un poco, un poco diminuta, ya sabes, una niña menuda, uh, recibiendo los, los tres disparos hasta donde estamos ahora. Mucho ha cambiado. La, la comprensión, los, ya sabes, los adultos que van delante de ti...

Clay (06:38):

Mm-hmm.

Diane (06:38):

... tu familia reunida. Tus amigos lo hacen, ya sabes, irías todos juntos a vacunarte contra la gripe. O la gente viene a su lugar de trabajo para poner sus inyecciones. Es, es una conversación completamente diferente ahora. Pero solo quería compartir eso con ustedes porque ese es mi primer recuerdo de recibir inyecciones. Los tres en la bandeja que se suponía que pasarían frente a mi ventana...

Clay (06:58):

Sí.

Diane (06:58):

... pero la enfermera entró en mi habitación, y eran para mí. No es un recuerdo muy agradable.

Clay (07:02):

Bueno, es interesante, Dra. Cavanaugh, que usted diga que el miedo a las agujas es una fobia reconocida, que probablemente contribuye a que la gente no la tenga. Pero ¿crees que hay personas que no quieren que se sepa que tienen miedo y tal vez dicen que están preocupados por el impacto del virus cuando, cuando en realidad, se trata más del miedo a agujas?

Dra. Cavanaugh (07:29):

Oh sí. Absolutamente creo que, eso puede y probablemente sucede a veces. Pero, ya sabes, para las personas que tienen miedo a las agujas y, ya sabes, pero que aún así, ya sabes, se sienten obligadas a recibir vacunas, hay otras cosas que podemos hacer, especialmente, ya sabes, con adultos. Um, muchas veces, solo practicando ejercicios de respiración profunda si estás en el consultorio del médico. A veces, si estás acostado, usar la distracción, ya sabes, a veces puede ayudar. Um, en ocasiones he usado incluso anestésicos tópicos, um-

Diane (08:03):

Oh, interesante.

Dra. Cavanaugh (08:04):

... ya sabes, para las personas antes de recibir una vacuna como, um, jalea o aerosol de lidocaína, um, que a veces hace que las personas se sientan más cómodas porque a veces no es la aguja lo que le teme. Pero tienen miedo de que-

Diane (08:14):

Sí.

Dra. Cavanaugh (08:15):

... va a doler, cierto, el dolor que viene con eso y, eh, hace que la gente se sienta mejor.

Diane (08:19):

Nunca había escuchado acerca de eso-

Dra. Cavanaugh (08:19):

Ya sabes, y-

Diane (08:20):

... opción antes. Nunca he oído hablar de eso, doctor.

Dra. Cavanaugh (08:21):

Sí.

Diane (08:21):

Guau.

Dra. Cavanaugh (08:22):

Um, quiero decir, probablemente no lo usemos tan comúnmente en diferentes entornos, pero definitivamente lo he usado antes, um, en conversaciones con pacientes. Y, ya sabes, la otra cosa es que en casos graves, hay, incluso hay opciones para, ya sabes, tomar una dosis de un medicamento contra la ansiedad-

Diane (08:38):

Mmm.

Dra. Cavanaugh (08:38):

... antes de recibir-

Diane (08:40):

Sí.

Dra. Cavanaugh (08:40):

... antes de recibir una vacuna o un procedimiento. Um, hacemos eso para muchos otros procedimientos y, uh, lo hacemos incluso para que las personas a veces puedan subirse a un avión si tienen fobia a volar, ¿verdad? Escuchas que, um, a veces pueden tomar un poco de medicación antes, así que esa también es una opción. Solo alentaría a la gente, no dejes que eso sea una barrera. Hable con su médico porque hay algunas maneras diferentes en las que podríamos tratar de hacer que las personas se sientan más cómodas, entonces.

Diane (09:03):

Y luego, después de recibir esa inyección, obtienes ese lindo vendaje con las caritas sonrientes y estás tan orgulloso (risas) de ti mismo de haberlo hecho, Dra. Cavanaugh.

Dra. Cavanaugh (09:11):

(Risas) Sí, seguro. Y, um, ya sabes, uh, siempre diré también, con mis hijos, uh, motivación-

Diane (09:18):

(risas)

Dra. Cavanaugh (09:19):

... eh, ya sabes-

Diane (09:22):

Sí.

Dra. Cavanaugh (09:22):

... siempre es útil. Así que yo-

Diane (09:22):

La motivación más pequeña.

Dra. Cavanaugh (09:22):

... ofrecerles un helado como, "Si eres bueno para tus tiros, te daré un helado". (risas)

Diane (09:25):

Me gusta. (risas)

Clay (09:27):

Bueno, ¿qué pasa con la desinformación? Quiero decir, hay, eh, hemos hecho varios de estos y hemos tenido, y hemos tenido conversaciones con médicos y personas que están en la profesión médica. Y hay tanta información por ahí y no mucha de ella es precisa. ¿Qué, qué impacto está teniendo en las personas que evitan las vacunas?

Dra. Cavanaugh (09:47):

Bueno, definitivamente creo que la información errónea es enorme y, ya sabes, mucho de eso proviene de fuentes confiables que no son necesariamente confiables cuando se trata de atención médica, ¿verdad? Um, entonces creo que esa es una de las cosas que realmente tratamos de hacer, es proporcionar a las personas dónde pueden obtener fuentes confiables de información médica. Um, y muchas veces eso incluye hablar con su propio médico, ya sabe, si tiene un médico de familia. O, o, um, una enfermera practicante o asistente personal con el que esté familiarizado, um, una enfermera en la que confíe, un farmacéutico en el que confíe.

Dra. Cavanaugh (10:25):

Um, entonces obtener su información médica de fuentes médicas dentro de la comunidad es importante y no necesariamente obtenerla de personas que no conoce, especialmente en las redes

sociales. Um, también diré que, ya sabes, alguien no solo va a confiar en ti, um, especialmente si no estás escuchando sus preocupaciones, así que esa es una conversación que tendré a menudo con proveedores en la comunidad, tú ¿saber? Um, muchos de nuestros médicos, ya sabes, intentarán involucrarse, um, en hablar con los pacientes sobre las vacunas, pero no necesariamente escuchan por completo todas las preocupaciones que tienen porque ya lo hemos decidido. la vacuna es útil, ¿verdad?

Dra. Cavanaugh (11:06):

Y entonces, um, creo que es muy importante que escuchemos las preocupaciones de las personas, um, y, ya sabes, esa confianza se construye con el tiempo. No sucede en un día. No sucede en una semana. No sucede necesariamente en una conversación de una sola vez, eh, y entonces, ya sabes, yo, realmente creo que, eh, proporcionar fuentes confiables de información y generar confianza con las personas. Y realmente escuchar sus preocupaciones puede ayudarnos a combatir algo de esto.

Diane (11:34):

Y también hemos estado hablando, en el transcurso del, oh, siempre parece, Dra. Cavanaugh, que todo el mundo está simplemente cansado. Simplemente cansado de todo lo que ha estado pasando y, y eso, que las cosas cambien, que las pautas cambien. La información cambia, por lo que constantemente parece que surgen nuevas preguntas que queremos abordar con nuestro médico. Y, en nuestro podcast anterior, dijimos: "No hay pregunta demasiado pequeña, no hay pregunta que sea estúpida. Solo pregúntele a su médico". Para eso están nuestros profesionales de la salud. Para calmar los miedos, tranquilizar y asegurarnos de que vamos por el camino correcto para saber qué debemos hacer por nuestra propia salud.

Dra. Cavanaugh (12:18):

Absolutamente. Y, definitivamente no ha ayudado, no ha ayudado las pautas en términos de quién debe vacunarse y cuándo y con qué frecuencia. Ya sabes, han cambiado mucho como hemos aprendido, ya sabes, aunque parece que hemos estado lidiando, por ejemplo, con COVID desde siempre, solo tiene tres años. Y, y compare eso con decir la gripe que tiene cientos de años. Hemos tenido cientos de años para aprender sobre esto y sobre cómo funciona. Y cómo, ya sabes, toda la ciencia detrás de esto.

Dra. Cavanaugh (12:51):

Y solo hemos tenido un tiempo relativamente corto en el gran esquema de cosas para aprender sobre COVID. Entonces, ha cambiado rápidamente y eso ha sido, ya sabes, parte del, creo, desafío de comunicar por qué las cosas cambian a las personas. Um, y, ya sabes, eso está en curso. Con suerte, tengo la esperanza de que, um, algunos de esos cambios comenzarán a establecerse ahora que, um, ya sabes, llevamos unos años en esto.

Clay (13:13):

Sabes, uh, una de las cosas que surge en esta discusión es, y eso a menudo se deja de lado, es que las personas puedan ir al médico. Y si vives en un área como Lake Charles o Baton Rouge o Shreveport donde hay transporte público para llegar allí, quiero decir, eso es una cosa. Pero hay zonas rurales donde la gente tiene dificultad para llegar al médico. Y luego están las personas que están confinadas en casa. Entonces, ¿por qué no le habla al Dra. Cavanaugh de la dificultad que tienen algunas personas en nuestro estado para ver a su médico?

Dra. Cavanaugh (13:47):

Bueno, diré que esto, eh, es un verdadero desafío, especialmente en muchas áreas rurales donde no hay tanto acceso, como dijiste, al transporte, eh, y/o atención médica. Uh, estar confinado en casa es un poco más fácil, pero como realmente nos hemos esforzado mucho, um, con, al menos con las vacunas COVID, um, para asegurarnos de conocer a las personas donde están. Y si no pueden salir y recibir una vacuna en un sitio de vacunas o en una farmacia o clínica o no pueden ir al consultorio de su médico, pueden llamar a nuestra línea directa de vacunas. Y podemos conectarlos con nuestro equipo que sale y puede vacunar a las personas en su hogar. Um, aunque eso es específico para las vacunas COVID en este momento.

Diane (14:31):

Ah, okey. Mm-hmm.

Dra. Cavanaugh (14:31):

Ya sabes, recibir otras vacunas, por ejemplo, como una vacuna contra la neumonía en una persona mayor que está confinada en su hogar, es un desafío un poco mayor. Um, sé que, ya sabes, en algunos casos, las agencias de salud en el hogar pueden ser de ayuda. Um, muchas veces esas, uh, personas confinadas en sus casas, aunque estén confinadas en sus casas, necesitan atención médica de algún tipo. Ya sea que alguien venga a la casa o que vaya a la, se las arreglan para encontrar una manera de ir al consultorio de su médico, um, ya sabes, una vez al trimestre para recibir sus medicamentos y todo eso.

Dra. Cavanaugh (15:04):

Entonces, ya sabes, aprovechando esas pocas oportunidades cuando están fuera de casa para tratar de asegurarnos de que actualicemos sus vacunas en ese momento. De esa manera, no tienen que hacer un viaje especial y pasar por esto dos veces. Um, algunas personas también dependen del transporte público o del transporte médico. Um, el transporte médico está, está disponible, um, para muchos ciudadanos en todo el estado. Pero quiero decir, viene con barreras, que incluyen, ya sabes, tener que programar esa cita con anticipación.

Dra. Cavanaugh (15:33):

Um, a veces el transporte médico tarda todo el día en recogerte y llevarte al consultorio del médico. Ya sabes, es, uh, es todo un proceso. Um, pero está disponible, y es una forma en que muchas personas, um, logran asistir a sus citas médicas y vacunarse. Y entonces, el transporte médico está disponible, um, hasta cierto punto para las personas que buscan servicios de vacunación porque ese también es un servicio médico. Um, ya sabes, en las zonas rurales, eso es definitivamente, um, difícil.

Dra. Cavanaugh (16:03):

Nosotros, yo, les diré, nuestras oficinas trabajaron muy duro para asegurarse de que tengamos acceso a las vacunas en todas nuestras parroquias. Um, a veces eso es a través de asociaciones con proveedores privados y consultorios médicos y farmacias. A veces eso es a través de nuestras unidades de salud pública. Um, a veces incluso hacemos eventos emergentes en los que ofrecemos un tipo particular de vacuna en ferias, festivales, um, lugares donde la gente ya está. Um, en realidad, algunos miembros de nuestro personal de nuestra oficina estaban en el Festival de la sandía en Beauregard, um-

Diane (16:37):

Me encanta.

Dra. Cavanaugh (16:38):

... sabes-

Diane (16:38):

Sí.

Dra. Cavanaugh (16:39):

... solo, solo aquí recientemente, um, ofreciendo vacunas. Entonces, ya sabes, creo que, eh, a veces en esas áreas rurales, tenemos que salir y, um, conocer gente donde, donde ya están, entonces.

Diane (16:52):

Yo sé-

Dra. Cavanaugh (16:52):

Y, eh-

Diane (16:53):

... Sé que recientemente-

Dra. Cavanaugh (16:53):

Sí.

Diane (16:53):

... Yo estaba en, eh, en un espectáculo de antigüedades en Round Top, Texas. Y uno de los, ya sabes, grandes lugares que tienen allí, ¿qué tienen al frente? Pero tenían gente vacunando. Ellos, eh, que, en ese, eh, punto en el tiempo eran las vacunas contra el COVID, pero de nuevo, lo que estabas diciendo, "Conozca a las personas donde están". Y sé que aquí en East Baton Rouge, East Baton Rouge, eh, Parish, Council on Aging, hacen un trabajo fabuloso...

Clay (17:17):

Absolutamente lo hacen.

Diane (17:18):

... de conocer a las personas donde están. Y yo, solo voy a decir esto. Estoy seguro de que si los oyentes de esta mañana tienen alguna pregunta sobre las vacunas o tal vez poder pedirle a alguien que vaya a su casa u obtenga transporte para ir a los médicos, pueden llamar a cualquiera de nuestro Consejo sobre el Envejecimiento. Y si no tienen la respuesta, la encontrarán por usted.

Clay (17:40):

Sí.

Diane (17:40):

Descubrirán lo que necesita saber porque es, eh, son un gran activo para nuestras comunidades. Estoy seguro de que el Consejo sobre la Tercera Edad de todo el estado lo sería, Dra. Cavanaugh.

Dra. Cavanaugh (17:51):

Absolutamente. Y trabajamos muy de cerca con nuestros Consejos sobre el Envejecimiento.

Diane (17:55):

Sí.

Dra. Cavanaugh (17:55):

... a través de esta región también, tan absolutamente. Son un recurso maravilloso. Um, y hay muchos, excelentes recursos, ya sabes, en nuestras comunidades que también pueden ayudar a dirigir a la gente.

Clay (18:06):

Bueno, hasta ese punto, antes de la siguiente pregunta de Di, mencionaste eventos emergentes que organizas en todo el estado. ¿Hay algún recurso que la gente deba conocer para saber si va a aparecer uno cerca de ellos?

Dra. Cavanaugh (18:19):

Bueno, diré que la gente puede llamar a nuestra línea directa de vacunas.

Clay (18:22):

Bueno.

Dra. Cavanaugh (18:22):

Y eso generalmente puede dirigirlos si va a haber un evento, eh, en su área. Um, pero también, ya sabes, también recomendaría, um, que si las personas, um, no han tenido acceso y hay, ya sabes, una necesidad, um, de tener un evento emergente en su comunidad. Quiero decir, sé que al menos a nuestro nivel local, nuestra oficina estaría muy feliz de saber cuál es esa necesidad y ver si podemos satisfacerla. Y, ya sabes, salir y proporcionar un evento de vacuna si es, especialmente si es un lugar en el que no hemos estado, eh, entonces.

Diane (18:54):

A- y, ya sabes, faltar al trabajo, eso parece ser bastante alto-

Clay (19:00):

Mm-hmm.

Diane (19:00):

... en esa prioridad cuando dijiste que a veces no lo hacemos, (risas) sabes, nuestra propia atención médica ocupa el último lugar. Pero algunas personas, ya sabes, tienes los trabajadores por horas. Tienes a los jornaleros, etcétera. Ellos, Dra. Cavanaugh, no pueden faltar al trabajo. Lo más

probable es que también sea una barrera para que las personas se vacunen o al menos para que se vacunen de manera oportuna.

Dra. Cavanaugh (19:22):

Absolutamente. Um, eso es un desafío. Definitivamente hemos tratado de trabajar en estrecha colaboración con los empleadores para alentarlos a que den tiempo para que las personas vayan y se vacunen. Creo que la mayoría de los empleadores reconocen que si su fuerza laboral es saludable, tendrán, ya sabes, una mejor productividad. Y eso, um, ya sabes, la vacunación es una de las formas de mantenerse saludable. Así que creo que muchos empleadores probablemente lo apoyen. Pero tal vez no necesariamente se dé cuenta, um, que, ya sabes, necesitan dar una hora libre para esta persona en particular, para que puedan ir corriendo y vacunarse.

Dra. Cavanaugh (20:01):

Quiero decir, animaría a las personas a hablar con su empleador y ver si su empleador podría tener una política vigente. Conozco a muchas personas, um, tienen políticas vigentes que permiten a los empleados tiempo libre para ir a buscar atención médica o, um, vacunarse. Pero también, sé que al menos aquí, hemos trabajado con muchos empleadores para llevar vacunas, eh, al lugar de trabajo...

Diane (20:24):

Sí.

Dra. Cavanaugh (20:24):

... en orden-

Diane (20:24):

Sí.

Dra. Cavanaugh (20:24):

... para tratar de mitigar-

Diane (20:25):

Sí.

Dra. Cavanaugh (20:25):

... que. Um, y, ya sabes, fomentar eventos de vacunas en las oficinas de los empleadores y luego por el bienestar, ¿sabes? Um, la otra cosa es que a menudo veo trabajadores, especialmente aquellos que pueden trabajar en condiciones al aire libre o relacionados con el clima. Um, ya sabes, si trabajas en, uh, digamos, uh, en un trabajo de construcción y tienes un día de lluvia, um, ya sabes, encontrar un sitio que tenga vacunas. Ponerlo en tu lista de cosas por hacer y cuando llegue un día que llovió y no puedas trabajar, ya sabes, intenta que sea una prioridad para ese día. Si haces la investigación antes y sabes quién acepta visitas sin cita previa, no tienes que preocuparte por las citas sc: la barrera de la programación. Um, vemos eso a veces. A veces recibimos muchas visitas sin cita previa, eh, para vacunas en días de lluvia, así que.

Clay (21:14):

Eso es interesante, pero ¿qué pasa con las empresas de un solo empleado o de una sola persona? Un propietario de una pequeña empresa que no tiene a nadie que pueda reemplazarlo, él o ella en su trabajo o alguien a quien le guste, tenemos muchas empresas de jardinería que son solo un par de personas que están haciendo el trabajo... Eso podría ser un poco más difícil para ellos. ¿Cuál es su aliento para ellos acerca de no dejar que eso sea, eh, no dejar que eso sea una barrera?

Dra. Cavanaugh (21:41):

Sabes, diré que hay, um, probablemente una serie de sitios que proporcionarían vacunas fuera del horario de atención o, eh, fines de semana, ya sabes. Um, pero, ya sabes, definitivamente es difícil y lo entiendo. Pero también sé que si es tan importante para ti estar activo y funcionando. Y en el trabajo, ya sabes, eso es aún más importante que esa persona tenga como prioridad vacunarse porque si contrae COVID y está enfermo. Y terminas en el hospital, ya sabes, entonces tú...

Clay (22:12):

Mmm.

Dra. Cavanaugh (22:13):

... podría estar fuera del trabajo incluso por un período de tiempo más largo-

Clay (22:16):

Bien bien.

Diane (22:16):

Mm-hmm.

Dra. Cavanaugh (22:17):

... tratando de recuperarse. O tiene un COVID prolongado y tiene r- realmente tiene dificultades para mantener las operaciones en ese momento. Entonces, ya sabes, a veces es un pequeño sacrificio tomarse una hora libre y convertirla en una prioridad cuando sientes que tienes prioridades contrapuestas. Y no tienes tiempo para hacerlo pero, al mismo tiempo, piensa en lo que sucede si eliges no hacerlo porque no lo conviertes en una prioridad. Podría ser aún peor, así que animo a la gente a pensar en ambos lados de la moneda.

Diane (22:42):

Y otro tema en la misma discusión aquí sobre el costo, tal vez el costo de algunas vacunas. Ahora conocemos el COVID-19, sabemos que eso ha sido gratis, ya sabes, para todos en el país. Pero ¿qué pasa con algunas de las otras vacunas? Algunos de ellos son, ya sabes, un poco caros. Estabas hablando, eh, hace un momento sobre, eh, como la vacuna contra la neumonía o la vacuna contra la culebrilla o qué es, la, eh, DTaP, creo, esa es otra vacuna para, para adultos. Eso puede, eso puede ser preocupante para algunas familias que realmente tienen un presupuesto ajustado. ¿Qué piensa de eso, doctor?

Dra. Cavanaugh (23:17):

Bueno, diría que el costo absoluto ha sido históricamente un problema para algunas vacunas. Sin embargo, la buena noticia es que, eh, cuando ocurrió la reforma de salud hace algunos años, las vacunas están casi universalmente cubiertas en este momento en el seguro de la mayoría de las personas. Um, puede haber algunos cargos pequeños en términos de cargos administrativos para

administrar la vacuna. Pero en su mayor parte, las compañías de seguros son bastante buenas para cubrir un amplio espectro de vacunas ahora.

Dra. Cavanaugh (23:51):

Así que hemos progresado mucho con eso, digamos en los últimos 10 años. Pero todavía hay, um, algunas personas y/o grupos cuyo costo es y puede ser una barrera. Um, para los niños, la cobertura de vacunas sin seguro o con seguro insuficiente es un poco más amplia que para los adultos. Um, una cosa es que las unidades de salud en todo el estado pueden proporcionar vacunas a bajo costo para personas sin seguro o con seguro insuficiente. Um, y hay, ya sabes, barreras que vienen con eso también, pero, en su mayor parte, eso es un recurso para las personas. Um, para los niños, además de poder venir a las unidades de salud para obtener vacunas de bajo costo, um, también tenemos un Programa de Vacunas para Niños en todo el estado.

Diane (24:39):

Mmm.

Dra. Cavanaugh (24:39):

... que los consultorios de nuestros proveedores privados como consultorios de pediatras, consultorios de médicos de familia, clínicas de salud rurales, um, FQHC. Y a través de este Programa de Vacunas para Niños, las clínicas pueden recibir y dar, eh, vacunas para niños que tienen un costo reducido. Um, también hay Shots for Tots, que también ofrece, eh, una especie de modelo similar. Um, definitivamente hay acceso incluso para las personas que dicen que no tienen seguro o si su seguro en este momento todavía no cubre las vacunas. Así que definitivamente hemos recorrido un largo camino allí.

Clay (25:15):

Bueno, obviamente de aquí en adelante, en este programa, y ustedes lo están, apoyamos que se vacunen. Y yo, es importante llevarnos al otro lado de lo que estamos enfrentando, con COVID. Y me gustaría que hablara de eso para las personas que realmente quieren superar todo lo que estamos enfrentando, ya sea COVID o algún otro, eh, eh, eh, eh, virus o enfermedad o lo que sea. Estar vacunado nos ayuda a llegar al otro lado de esto un poco más rápido, ¿no es así?

Dra. Cavanaugh (25:46):

Absolutamente. Quiero decir, mirar hacia atrás en la historia. Um, hace cien años, las enfermedades infecciosas eran una de las principales causas de muerte en las personas.

Clay (25:59):

Mm-hmm.

Dra. Cavanaugh (26:00):

Um, y a medida que las vacunas comenzaron a estar disponibles para algunas de las principales enfermedades infecciosas, um, como el sarampión y las paperas, como, um, Haemophilus influenzae, ya sabes, a medida que desarrollamos vacunas para algunas de estas enfermedades, um, nuestra esperanza de vida como una población aumentó dramáticamente con el tiempo. Sabes, diría que la mayoría de las personas en nuestra, um, generación actual ni siquiera recuerdan un momento en que teníamos personas muriendo debido a enfermedades infecciosas, um, que ahora están prácticamente erradicadas.

Dra. Cavanaugh (26:36):

Uh, ya sabes, hasta COVID, realmente no teníamos experiencia con eso. Um, quiero decir, históricamente, si realmente observamos, las vacunas son una de las cosas que realmente han cambiado nuestro curso, um, como población en términos de permitirnos vivir vidas más largas y saludables, sin todas las complicaciones de esas enfermedades infecciosas con las que alguna vez vivimos y lidiamos. Um, así que, históricamente, las vacunas han sido extremadamente efectivas.

Dra. Cavanaugh (27:08):

Ya sabes, en este momento, es una especie de conversación difícil de tener sobre las vacunas porque la gente, ya sabes, tiene muchos miedos. Y, um, ya sabes, es difícil alentar a las personas a que se vacunen cuando tienen inquietudes y, y, um ... Entonces, pero yo, pero animo a las personas cada vez que tengo esta conversación con la gente, yo Hablar siempre del valor histórico de las vacunas. Y mira lo lejos que hemos llegado en comparación con hace cien años.

Dra. Cavanaugh (27:39):

Um, y, ya sabes, es el camino a seguir. Es como nos mantenemos sanos y la alternativa, aunque a veces tengamos miedo, la alternativa, que es, ya sabes, todas esas enfermedades infecciosas que hemos erradicado estando presentes en nuestra población y corriendo de nuevo. Esa, esa es una imagen aún más aterradora que, para mí, que toda la incertidumbre y las incógnitas que la gente trae con, um, con las vacunas.

Diane (28:05):

R- y creo, Doctor, también, que a veces, como muchas veces, damos por sentada nuestra salud. Nos hemos puesto las vacunas que nos dieron de niño, eso era rutina. Tomamos, ya sabes, cuando vamos como adultos a nuestros médicos, miran nuestro expediente, "Oh, necesita esta vacuna. Necesita esto o aquello, ya sabe, solo una actualización. O a medida que envejece, necesita la vacuna contra la culebrilla. Esto es lo que tenemos que hacer. Ponernos dos ". Y, y siempre salen cosas nuevas. Y creo que no creo que seamos laxos hasta cierto punto, pero creo que lo hemos hecho tan bien durante tanto tiempo que nuestro mundo explotó con COVID.

Diane (28:39):

Y ahora, cuando escuchas la palabra vacuna, no necesariamente piensas en todo lo demás, en la varicela, las paperas, el sarampión y las vacunas que son de rutina. Todo el mundo piensa en COVID y es solo que han sido dos o tres años desafiantes, desafiantes. Y todos tenemos que estar a la vanguardia. Necesitamos hablar sobre, ya sabes, hay, eh, sobre prevención versus tratamiento en esta situación.

Dra. Cavanaugh (29:04):

Derecha. Absolutamente y, ya sabes, nos hemos acostumbrado a un sistema médico que realmente se enfoca en el tratamiento, ya sabes, que se enfoca en, "Ve cuando estés enfermo". Pero creo que a veces nos perdemos cuánto valor tiene no mirar las cosas desde un modelo de enfermedad de, ¿cómo abordamos esta enfermedad sino cómo evitamos que ocurra? ¿Cómo nos enfocamos en el bienestar en lugar de...

Diane (29:30):

Mm-hmm.

Dra. Cavanaugh (29:30):

... enfermedad como nuestra-

Diane (29:31):

Sí.

Dra. Cavanaugh (29:31):

... ¿punto central?

Clay (29:33):

Guau. Sabes, quiero hacer una reverencia a esto, porque sé que has tenido la oportunidad de hablar con pacientes y colegas sobre esta vacilación que tiene la gente para vacunarse. ¿Hay algo que no cubrimos o algún consejo que les darías a los oyentes para ayudarlos a superar sus miedos?

Dra. Cavanaugh (29:53):

Sabes, creo que el último consejo que tengo para la gente es, ya sabes, hablar con personas de confianza. Construir relaciones de confianza con proveedores médicos, ya sabes, reconociendo que, um, esas conversaciones van a suceder con el tiempo. No juzgar, sin importar el lado de la cerca en el que estés, no juzgar sobre, um, el otro lado y escuchar, ya sabes, las preocupaciones de las personas. Um, reconociendo que no lo sabemos todo. Pero realmente mirando cuidadosamente lo que sabemos.

Diane (30:27):

Y todos estamos tratando de hacer lo mejor para nosotros, para nuestros amigos y familiares, para nuestra comunidad.

Clay (30:33):

Derecha.

Diane (30:34):

Queremos que nuestra comunidad sea más segura y debemos hacerlo uno por uno, Clay. Necesitamos unirnos y hacerlo uno por uno para que podamos llegar a lo que hemos estado hablando en podcasts anteriores, para que podamos superar la colina. Así que podemos estar en el lado negativo-

Clay (30:47):

Mm-hmm.

Diane (30:48):

... de todo esto.

Clay (30:49):

Así es. Así es. Dra. Cavanaugh, muchas gracias por todo el gran trabajo que está haciendo y a todos sus colegas en la profesión médica, desde usted como médico hasta las enfermeras y el

personal de apoyo en los hospitales. Creo que realmente, realmente tenemos un verdadero entendimiento, más personas lo hacen de lo importantes que son todos ustedes para el funcionamiento esencial de nuestro país.

Dra. Cavanaugh (31:10):

Se lo agradezco mucho. Gracias.

Diane (31:12):

Gracias, Dra. Cavanaugh, por estar con nosotros hoy.

Clay (31:14):

Muy buena información hoy. Esperamos que también lo haya sido para ti. Le agradecemos por sintonizarnos y nos vemos en el próximo episodio de Vax Matters.