

Consejos para una visita de vacunación relajada



Lleve a un amigo con usted.



Escuche música.



Concéntrese en otra cosa que haya en la sala.

Intente contar las baldosas del piso o leer todos los carteles en la sala.



Piense en algo que le dé felicidad.



Respire lenta y profundamente.



Relaje el brazo.

Esto hará que la inyección sea menos dolorosa.

Para obtener más información sobre el virus del papiloma humano (VPH) y la vacuna contra el VPH, visite nyc.gov/health/hpv.



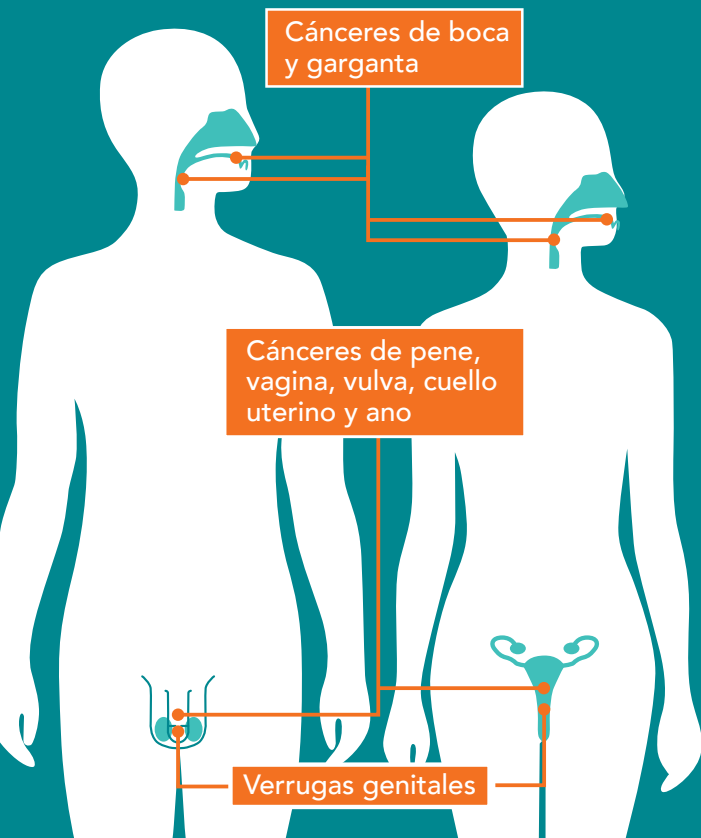
VPH:

Lo que todo adolescente necesita saber



Dato: El virus del papiloma humano (VPH) provoca cáncer.

El VPH es una infección de transmisión sexual (ITS) muy común. Existen muchos tipos de VPH. Mientras algunas infecciones desaparecen por sí solas, otras no. El VPH puede causar:



El VPH puede transmitirse incluso si una persona no tiene síntomas.

Dato: Existe una vacuna que previene el VPH.



La mejor forma de prevenir el VPH y los tipos de cáncer que provoca es recibir la vacuna contra el VPH. Si todas las personas se vacunaran, se podrían prevenir más del 90 % de los tipos de cáncer provocados por el VPH.

Dato: Debería vacunarse.

Los jóvenes están particularmente en riesgo de contraer VPH. La vacuna contra el VPH es más efectiva cuanto antes la reciba, y es muy recomendable para **todas las personas** a partir de los 11 y 12 años.

Usted debe vacunarse:



independientemente de su género u orientación sexual;



independientemente de si tuvo sexo alguna vez o no.

Ahora que sabe los datos, aquí tiene cómo conseguir la vacuna contra el VPH.

La vacuna contra el VPH está disponible en centros de salud escolares en las escuelas públicas de la ciudad de Nueva York, en los consultorios de los proveedores de atención de salud y en otros entornos de atención de salud.

Los adolescentes del estado de Nueva York que busquen servicios de atención de la salud sexual no necesitan el permiso de su padre/madre o tutor legal para recibir la vacuna contra el VPH.

Hable con su proveedor de atención de salud para obtener más información.

Para obtener más información sobre dónde recibir la vacuna contra el VPH, visite nyc.gov/health y busque "**clinics for teens**" (**clínicas para adolescentes**), o llame al **311**.