

Tu Farmacéutico de Atención Primaria te ayuda

APRENDE MÁS SOBRE LAS VACUNAS

¡Las vacunas salvan vidas!
Te informamos para que distingas entre mitos y realidades.

CLIC para más información

+ info CLIC para ir a otras infografías



MITO

Si quieres saber más sobre vacunación, haz click aquí + info



REALIDAD

MITO	REALIDAD
Pasar una enfermedad protege mejor que vacunarse.	Las vacunas enseñan a tu cuerpo a defenderse de virus y bacterias sin necesidad de pasar la enfermedad.
Si los demás se vacunan, yo no necesito vacunarme porque ya no pueden contagiarme.	Aunque los demás estén vacunados, necesitas vacunarte para estar realmente protegido. Además, ayudas a proteger a quienes no pueden vacunarse.
Las vacunas causan autismo o, con frecuencia, otros efectos adversos graves.	La mayoría de los efectos adversos de las vacunas son leves y pasajeros. + info
Las vacunas contienen sustancias que pueden ser peligrosas para la salud.	Todos los componentes de las vacunas se evalúan de forma rigurosa para comprobar que son seguros para la salud.

Ante cualquier duda, consulta a un farmacéutico u otro profesional sanitario

CC BY NC ND

Para saber más:
-Vacunas y programa de vacunación. Ministerio de Sanidad:
-Vacunas e inmunización: la seguridad de las vacunas. Organización Mundial de la Salud:

Atribuciones de imágenes:
- "Vacunas" by Marina Peláez Agudo; ¡Es verdad!" y "¡No es verdad!" by Cristina Casado Reina; las tres generadas por IA "GPT-5.6 Sol, OpenAI" bajo supervisión humana.
- Resto: Recursos de Genially(r)

Publicación: 11/2026. Nº 049
Editado en Madrid por la Sociedad Española de Farmacéuticos de Atención Primaria (SEFAP)
ISSN 2952-1734

Para consultas o información sobre conflictos de intereses:
pacientes@sefap.org

Autores: B. Ferrer Jaillard (CPC, SEFAP), M. Peláez Agudo (CPC, SEFAP), B. Escudero Vilaplana (CI, SEFAP), GM Silva Riádigos (CI, SEFAP).
Revisión interna: C. Casado Reina(CPC, SEFAP)

Con la colaboración del Plan Nacional frente a la Resistencia a los Antibióticos (PRAN), proyecto coordinado por la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS) adscrita al Ministerio de Sanidad.



Al hacer **clic en el botón de "+ info", accederás a otra infografía (o folleto) que hemos elaborado desde SEFAP** y que contienen información sobre el aspecto del que estamos hablando en ese punto.



Este cuadro informa sobre la existencia de información ampliada.

Concretamente, **al hacer clic en los círculos parpadeantes** que hay a lo largo de la infografía, **se abrirá información ampliada** del punto en concreto en el que nos encontremos: explicaciones, vínculos a otras fuentes...

❌ Mito: "Las vacunas contienen sustancias que pueden ser peligrosas para la salud"

✅ Realidad:

Las vacunas se estudian de forma rigurosa para comprobar que funcionan y son seguras. Estos estudios se hacen antes de que la vacuna se comercialice. Después, su seguridad se sigue vigilando.

Las vacunas, como otros medicamentos, tienen varios componentes. Por un lado, está el **principio activo**, que enseña a tus defensas a reconocer aquello frente a lo que te protege. Por otro lado, están los **excipientes**, que ayudan a fabricar la vacuna, conservarla bien o mejorar su funcionamiento.

- *Puedes saber más sobre estos términos en nuestra infografía «¿Conoces los conceptos básicos para utilizar bien tus medicamentos?». Para ello, haz clic aquí.* + info

Dentro de los excipientes, podemos destacar los adyuvantes, como las sales de aluminio. Ayudan a tus defensas a responder mejor a la vacuna. Así, la protección puede ser más fuerte y durar más tiempo. Las vacunas contienen cantidades muy pequeñas de aluminio que se consideran seguras para la salud. De hecho, recibimos más aluminio a través de los alimentos y el agua.

Además, algunas vacunas pueden contener **trazas**. Son cantidades muy pequeñas que pueden quedar tras fabricar la vacuna. Por ejemplo, algunos antibióticos o proteínas de huevo. Estas cantidades se consideran seguras para la salud.

En muy raras ocasiones, algún componente puede producir una reacción alérgica. Si tienes alguna alergia, es importante que informes al personal sanitario. Ellos valorarán si la alergia puede afectar a tu vacunación.

- *Puedes saber más sobre la seguridad de los medicamentos en nuestra infografía «Farmacovigilancia: ¿Sabes qué es?». Para ello, haz clic aquí.* + info

Información sobre la elaboración/diseño de la infografía:

Autores:

- **Bárbara Ana Ferrer Jaillard** (Comité Pacientes y Ciudadanía, SEFAP)**:** Licenciada en Farmacia-Universidad de Valencia. Graduada en Nutrición Humana y Dietética-Universidad Alfonso X el Sabio. Diploma de especialización en Farmacia Clínica y Gestión Farmacéutica-Universidad de Granada. Máster en Atención Farmacéutica Comunitaria-Universidad de Valencia.
- **Marina Peláez Agudo** (Comité Pacientes y Ciudadanía, SEFAP**):** Graduada en Farmacia-Universidad de Granada. Graduada en Nutrición Humana y Dietética -Universidad de Granada. Diploma de especialización en Farmacia Clínica y Gestión Farmacéutica-Universidad de Granada. Máster en Atención Farmacéutica y Servicios Farmacéuticos Asistenciales-Universidad Europea.
- **Belén Escudero Vilaplana** (Comité Infecciosas, SEFAP): Licenciada en Farmacia-Universidad Complutense de Madrid. Especialista en Farmacia Hospitalaria.
- **Genma María Silva Riádigo**s (Comité Infecciosas, SEFAP): Licenciada en Farmacia-Universidad Complutense de Madrid. Especialista en Farmacia Hospitalaria.

Revisión Interna: **Cristina Casado Reina** (Coordinadora del Comité de Pacientes y Ciudadanía, SEFAP): Licenciada en Farmacia-Universidad Complutense de Madrid. Farmacéutica Especialista en Farmacia Hospitalaria. Diplomada en Estadística en Ciencias de la Salud-Universidad Autónoma de Barcelona.

Con la colaboración del Plan Nacional frente la Resistencia a los Antibióticos (PRAN), proyecto coordinado por la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS) adscrita al Ministerio de Sanidad.

Bibliografía:

- Ministerio de Sanidad. Mitos y falsas creencias sobre las vacunas [Internet]. Madrid: Ministerio de Sanidad; [citado 14 ago 2026]. Disponible en: https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/vacunaciones/seguridad/mitos/home.htm
- World Health Organization. Vacunas e inmunización: la seguridad de las vacunas [Internet]. Geneva: WHO; [citado 14 ago 2026]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/vaccines-and-immunization-vaccine-safety
- Comité Asesor de Vacunas e Inmunizaciones de la Asociación Española de Pediatría. Portal de vacunas de la AEP [Internet]. Madrid: AEP; [citado 14 ago 2026]. Disponible en: https://vacunasaep.org
- European Centre for Disease Prevention and Control. Homepage [Internet]. Stockholm: ECDC; [citado 14 ago 2026]. Disponible en: https://www.ecdc.europa.eu/en
- O'Leary ST, Opel DJ, Cataldi JR, Hackell JM, Committee on Infectious Diseases, Committee on Practice and Ambulatory Medicine, Committee on Bioethics. Strategies for improving vaccine communication and uptake. Pediatrics. 2024;153(3):e2023065483. doi:10.1542/peds.2023-065483
- Offit PA, Hackett CJ. Addressing parents' concerns: do vaccines cause allergic or autoimmune diseases? Pediatrics. 2003;111(3):653-9. doi:10.1542/peds.111.3.653
- Principi N, Esposito S. Aluminum in vaccines: Does it create a safety problem? Vaccine. 2018;36(39):5825-5831. doi:10.1016/j.vaccine.2018.08.036.

Atribución de imágenes:

- "Vacunas” by Marina Peláez Agudo (creada con IA "GPT-5.6 Sol, OpenAI" bajo supervisión humana). "¡Es verdad!" y “¡No es verdad!” by Cristina Casado Reina (creada con IA "GPT-5.6 Sol, OpenAI" bajo supervisión humana). Resto: Recursos de Genially(r).

Conflictos de intereses y ficha legal:

- Esta infografía dispone de una ficha legal relacionada con su elaboración. Incluye información ampliada sobre las fuentes, atribución de imágenes, derechos de autor, licencia de autor de la infografía, conflictos de intereses de los autores y de SEFAP y de las sociedades científicas colaboradoras. Para consultas sobre estos temas escriba a: pacientes@sefap.org

❌ Mito: "Pasar una enfermedad protege mejor que vacunarse"

✅ Realidad:

Las vacunas enseñan a tus defensas a reconocer los virus o bacterias que causan enfermedades y a combatirlos. Así, tu cuerpo puede preparar defensas específicas frente a ellos sin necesidad de pasar la enfermedad ni sufrir sus complicaciones.

Si después entras en contacto con ese virus o bacteria, tus defensas ya están preparadas y podrán responder de forma más rápida. Con ello, las vacunas reducen el riesgo de que enfermes y, si enfermas, ayudan a que la enfermedad sea menos grave.

Hay diferentes tipos de vacunas:

- **Vacunas no vivas:** contienen virus o bacterias inactivados (es decir, que no funcionan) o pequeñas partes de ellos. No pueden reproducirse ni causar la enfermedad.
- **Vacunas vivas atenuadas:** contienen virus o bacterias vivas, pero muy debilitados. Estas vacunas pueden no ser adecuadas en algunas situaciones, como durante el embarazo o cuando las defensas están muy bajas. El médico valorará cada caso y decidirá si pueden utilizarse.

Todos los tipos de vacunas pueden producir algunos efectos leves y pasajeros, como dolor en el brazo, cansancio o un poco de fiebre. Estos síntomas aparecen por la respuesta de tus defensas a la vacuna.

✗ Mito: "Las vacunas causan autismo o, con frecuencia, otros efectos adversos graves."

✓ Realidad:

No existe relación entre las vacunas y el autismo:

- El mito sobre las vacunas y el autismo comenzó con un estudio publicado en 1998. El estudio analizaba la vacuna triple vírica, que protege frente al sarampión, las paperas y la rubéola. Después se vio que el estudio tenía graves errores. La revista que lo publicó retiró el artículo y su autor perdió la licencia para ejercer la medicina. Con el tiempo, muchos estudios han demostrado que las vacunas no causan autismo.
- Esta falsa idea hizo que algunas personas dejaran de vacunarse. Por ello, volvieron a aparecer brotes de enfermedades como el sarampión.

La mayoría de los efectos adversos son leves y pasajeros. Los efectos adversos graves son muy poco frecuentes y se vigilan de forma continua:

- Las vacunas son muy seguras, pero, como cualquier medicamento, pueden producir efectos adversos. Normalmente son leves y duran poco tiempo, como dolor en el brazo, cansancio o un poco de fiebre. Los efectos adversos graves son muy poco frecuentes. De hecho, es mucho más probable tener problemas graves por una enfermedad que por una vacuna.

Puedes encontrar más información sobre los efectos adversos de los medicamentos en nuestra infografía «¿Sabes qué son los efectos adversos de los medicamentos?». Para ello, haz clic aquí. + info

Mito: "Si los demás se vacunan, yo no necesito vacunarme porque ya no pueden contagiarme"

Realidad:

Las vacunas reducen el riesgo de contagiarte y de enfermar. Además, si enfermas, ayudan a que la enfermedad sea menos grave. Ahora bien, aunque estés vacunado, puedes contagiarte y transmitir la infección, aunque la probabilidad sea menor. **Por eso, que los demás estén vacunados no te protege al 100 % y, por tanto, no sustituye la necesidad de que tú también te vacunes.**

Por otro lado, cuando muchas personas están vacunadas, es más difícil que algunas enfermedades se propaguen. Esto también protege a personas que, por su situación de salud, no pueden recibir determinadas vacunas o no consiguen generar suficientes defensas tras vacunarse. Por eso, cuando tú te vacunas, además de protegerte, ayudas a proteger a quienes no pueden hacerlo. Esta protección indirecta se conoce como **inmunidad de grupo o inmunidad de rebaño**.

- *Puedes encontrar más información sobre la inmunidad de grupo y la importancia de vacunarte en el apartado "¿Por qué es recomendable que te vacunes?" de nuestra infografía "**¡Vacúnate! Gana la medalla a la protección de la salud"**. Para ello, haz clic aquí.* + info

Por el contrario, si disminuye el número de personas vacunadas, algunas enfermedades pueden volver a aumentar. Esto ha ocurrido, por ejemplo, con el sarampión.

Esta protección de grupo no se produce con todas las vacunas. Por ejemplo, el tétanos no se transmite de persona a persona. La bacteria que lo causa puede entrar en tu organismo a través de una herida. Por eso, en este caso, que los demás estén vacunados no te protege frente a la enfermedad, **para estar protegido, necesitas estar vacunado tú**.