

Getting Children and Teens Vaccinated for COVID-19

COVID-19 can make children and teens very sick. Getting eligible children and teens vaccinated against COVID-19 can help keep them from requiring treatment in the hospital and protect them from short and long-term complications. Vaccinating children can also help keep them in school or daycare and safely participate in school activities.

The COVID-19 vaccines for children have the same active ingredients as the vaccines given to adults. However, children receive a smaller and more age-appropriate dose that is right for them.

MYTH: COVID-19 vaccines are not safe for children and teens.

After scientists conducted clinical trials with the COVID-19 vaccine for children, the U.S. Food and Drug Administration (FDA) determined the vaccines are safe and effective for everyone 6 months and older. Ongoing safety monitoring shows that COVID-19 vaccination continues to be safe for children.

MYTH: Children and teens can contract COVID-19 from a COVID-19 vaccine.

COVID-19 vaccines that are currently available do not use the live virus that causes COVID-19. These vaccines work by using a harmless piece of spike protein from the virus causing COVID-19 to teach the body how to fight the virus that causes it. The body then gets rid of the harmless spike protein within a few days after vaccination.

MYTH: Children and teens who have already had COVID-19 don't need to get vaccinated.

People can get added protection by getting vaccinated after having COVID-19. For children who have been infected, their next dose can be delayed 3 months from when symptoms started or, if they did not have symptoms, when they received a positive test. If your child tests positive for COVID-19 after getting their first shot, they should wait until their isolation period has ended before getting their second shot.

Vacunación de niños y adolescentes contra COVID-19

La COVID-19 puede enfermar gravemente a niños y adolescentes. Vacunar a los niños y adolescentes contra la COVID-19 puede evitar que necesiten tratamiento en el hospital y protegerlos de complicaciones a corto y largo plazo. Vacunar a los niños también puede ayudar a mantenerlos en la escuela o en la guardería y a que participen con seguridad en las actividades escolares.

Las vacunas COVID-19 para niños tienen los mismos principios activos que las vacunas que se administran a los adultos. Sin embargo, los niños reciben una dosis más pequeña y adecuada a su edad.

MITO: Las vacunas COVID-19 no son seguras para niños y adolescentes.

Después de que los científicos realizarán ensayos clínicos con la vacuna COVID-19 para niños, la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE.UU. (FDA) determinó que las vacunas son seguras y eficaces para todas las personas a partir de los 6 meses. El control continuo de la seguridad demuestra que la vacuna COVID-19 sigue siendo segura para los niños.

MITO: Los niños y los adolescentes pueden contraer COVID-19 de la vacuna COVID-19.

Las vacunas contra la COVID-19 disponibles en la actualidad no utilizan el virus vivo que causa la COVID-19. Estas vacunas actúan utilizando un virus inofensivo. Estas vacunas funcionan utilizando un trozo inofensivo de proteína en espiga del virus causante de la COVID-19 para enseñar al cuerpo a combatir el virus que la causa. El cuerpo se deshace de la proteína inofensiva en unos pocos días después de la vacunación.

MITO: Los niños y adolescentes que ya han tenido COVID-19 no necesitan vacunarse.

Las personas pueden obtener protección adicional vacunándose después de haber tenido COVID-19. En el caso de los niños infectados, la siguiente dosis puede retrasarse 3 meses desde el inicio de los síntomas o, si no los tuvieron, desde el momento en que dieron positivo en la prueba. Si su hijo da positivo en la prueba de COVID-19 después de vacunarse por primera vez, debe esperar a que finalice el periodo de aislamiento antes de vacunarse por segunda vez.



HarvestShare

Our Communities, Our Foods.

COME BIEN, MANTENTE
SALUDABLE
EAT WELL,
STAY HEALTHY!

FOCO VEGETAL:
CALABAZA
VEGETABLE SPOTLIGHT:
BUTTERNUT SQUASH



BROOKLYN
GRANGE

ADVANCING OUR
UNITY

MIXTECA

GLYNWOOD
Center for Regional Food and Farming

FAMILY
HEALTH
CENTERS

Angel Family Farm

PS169
Sunset Park School

EARTH
MATTER

EARLY
CHILDHOOD
INTERVENTIONS

Paella De Calabaza

Butternut Squash Paella

Ingredientes:

- 1 cebolla, en rodajas finas
- 4 dientes de ajo, picados
- 1 pimiento rojo, cortado en cubitos
- 4 oz de judías verdes, cortadas y picadas
- 1 calabaza, cortada en rodajas rondas finas de ¼ de pulgada
- 1 taza de arroz de grano corto
- 1 lata de frijoles negros, escurridos y enjuagados
- 1 limón, cortado en gajos
- 1 cucharada de condimento para paella

Instrucciones:

1. Precaliente el horno a 400F. Caliente una paellera o una sartén apta para horno a fuego medio-alto con 1 cucharada de aceite de oliva. Agregue la cebolla, el ajo, el pimiento rojo y una pizca de sal y cocine hasta que las verduras se ablanden, ~3-5 min. Agregue el arroz y cocine ~ 1-2 minutos.
2. Agregue el condimento para paella y cocine durante ~ 1-2 min, revolviendo con frecuencia. Agregue 2 tazas de agua y 1 cucharadita de sal y hierva el arroz. Reduzca el fuego y deje que el arroz hierva a fuego lento durante ~ 4-5 min.
3. En un tazón grande, mezcle las judías verdes picadas, la calabaza, los frijoles negros, 1 cucharada de aceite de oliva y una pizca de sal y pimienta. Agregue las verduras encima del arroz y coloque la sartén en el horno. Hornee hasta que el arroz esté cocido, por ~12-15 min.
4. Una vez que el arroz esté listo, regrese la sartén a fuego medio en la estufa y cocine hasta que el fondo del arroz esté crujiente, ~ 2-3 min. ¡Cubra con rodajas de limón y disfruta!

INGREDIENTS:

- 1 onion, thinly sliced
- 4 cloves garlic, minced
- 1 red pepper, diced
- 4 oz green beans, trimmed and chopped
- 1 butternut squash, cut into thin, ¼-inch thick rounds
- 1 cup short grain rice
- 1 can black beans, drained and rinsed
- 1 lemon, cut into wedges
- 1 tbsp paella seasoning



INSTRUCTIONS:

1. Preheat the oven to 400F. Heat a paella pan or oven-safe skillet over medium-high heat with 1 tbsp olive oil. Add onion, garlic, red pepper, and a pinch of salt and cook until the vegetables soften, ~3-5 min. Add the rice and cook ~1-2 minutes.
2. Add paella seasoning and cook for ~1-2 min, stirring frequently. Add 2 cups of water and 1 tsp salt and bring the rice to a boil. Reduce the heat and let rice simmer ~4-5 min.
3. In a large bowl, toss the chopped green beans, butternut squash, black beans, 1 tbsp olive oil, and a pinch of salt and pepper. Add the vegetables on top of the rice and place the skillet into the oven. Bake until the rice is cooked, ~12-15 min.
4. Once the rice is finished, return the skillet to medium heat on the stovetop and cook until the bottom of the rice becomes crisp, ~2-3 min. Top with lemon wedges and enjoy!