



O que esperar depois da vacinação contra a COVID-19

Vacinação contra a COVID-19

As pessoas com maior risco de sofrer de complicações da COVID-19 estão a receber a vacina contra a COVID-19.

Este panfleto diz-lhe o que esperar depois de ser vacinado.

Após uma análise detalhada de grandes estudos de segurança e eficácia, a Agência Reguladora de Medicamentos e Produtos de Saúde (MHRA) aprovou vários tipos diferentes de vacinas contra a COVID-19 para administração no Reino Unido.

Um grupo de especialistas independentes recomendou que estas vacinas sejam oferecidas às pessoas que correm o risco de contrair a infeção e de sofrer complicações graves.

Agora que estão disponíveis mais vacinas, estamos a oferecer proteção a todos os adultos por ordem de risco.

Quais são os efeitos secundários?

Como todos os medicamentos, as vacinas podem causar efeitos secundários. A maior parte deles são ligeiros e de curta duração e nem todas as pessoas os têm. Mesmo que tenha sintomas após a primeira dose, terá de receber a segunda dose. Embora possa obter alguma proteção com a primeira dose, fazer o ciclo de vacinação completo recomendado dar-lhe-á maior proteção contra o vírus.

Os efeitos secundários muito frequentes no primeiro dia ou dois incluem

- sensação de dor forte e sensibilidade no braço onde a injeção foi administrada
- sensação de cansaço
- dor de cabeça, dores e arrepios

Também pode desenvolver sintomas semelhantes aos da gripe, com episódios de arrepios e tremores durante um ou dois dias. No entanto, a febre alta também pode indicar que tem COVID-19 ou outra infecção (consultar os conselhos na página 3). Pode descansar e tomar a dose normal de paracetamol (siga os conselhos da embalagem) para se sentir melhor.

Um efeito secundário pouco frequente é o inchaço das glândulas na axila ou no pescoço, no mesmo lado do braço onde a vacina foi administrada. Isto pode durar cerca de 10 dias, mas se durar mais tempo, consulte o seu médico.

O que devo fazer se estiver preocupado com os meus sintomas?

Normalmente, estes sintomas duram menos de uma semana. Se os seus sintomas parecerem piorar ou se estiver preocupado, ligue para o seu médico de família. Se se aconselhar junto de um médico ou enfermeiro, não se esqueça de o informar sobre a vacinação (mostre o cartão de vacinação, se possível) para que possam avaliá-lo corretamente. Também pode comunicar suspeitas de efeitos secundários das vacinas e medicamentos através do Sistema de vigilância Yellow Card. Pode fazê-lo online, pesquisando Coronavirus Yellow Card ou descarregando a aplicação Yellow Card.

Recentemente, houve relatos de um efeito secundário extremamente raro que envolvia a formação de coágulos sanguíneos e hemorragias involuntárias após a administração da vacina da AstraZeneca (AZ).

Isto está a ser cuidadosamente analisado, mas os fatores de risco ainda não são claros. Devido ao risco elevado de complicações e morte decorrentes da COVID-19, a MHRA, a Organização Mundial da Saúde e a Agência Europeia

de Medicamentos concluíram que o saldo é muito favorável à vacinação.

Atualmente, o JCVI alertou que é preferível que as pessoas saudáveis com menos de 40 anos recebam uma vacina que não a da AstraZeneca (AZ).

Se tiver algum dos seguintes sintomas cerca de 4 dias a 4 semanas após a vacinação, deve procurar assistência médica de imediato.

- Uma nova dor de cabeça intensa que não passa com os analgésicos habituais ou que está a piorar
- uma dor de cabeça estranha que parece piorar quando se deita ou se inclina ou que pode ser acompanhada de
- visão turva, náuseas e vômitos
- dificuldade em falar
- fraqueza, sonolência ou convulsões
- um novo hematoma ou hemorragia inexplicável longe do local da injeção
- falta de ar, dor no peito, inchaço nas pernas ou dor abdominal persistente

Para mais informações sobre os sintomas, visite gov.uk/vaccine

Quais são os efeitos secundários de cada dose?

Nem todas as vacinas contra a COVID-19 são iguais – algumas tendem a causar mais efeitos secundários com a primeira dose, outras causam mais efeitos secundários após a segunda dose. Os efeitos secundários muito frequentes são os mesmos e devem durar apenas um ou dois dias.

Posso contrair COVID-19 com a vacina?

Não pode contrair COVID-19 com a vacina, mas é possível ter contraído COVID-19 e não perceber que tem os sintomas até depois da sua consulta de vacinação.

Os sintomas mais relevantes de COVID-19 são o início recente de qualquer um dos seguintes:

tosse seca e persistente, febre alta, perda ou alteração no paladar ou olfato (anosmia). Embora possa ter febre um ou dois dias após a vacinação, se tiver quaisquer outros sintomas de COVID ou se a febre durar mais tempo, fique em casa e faça um teste ligando para a Linha de Apoio ao Coronavírus através do número **0800 735 5566**

Quando é que posso retomar as minhas atividades diárias?

Deverá ser capaz de retomar as suas atividades normais, desde que se sintam bem. Se o seu braço estiver especialmente dorido, pode ter dificuldade em levantar pesos. Se não se sentir bem ou se estiver muito cansado, deve descansar e evitar operar máquinas ou conduzir.

O que faço a seguir?

Se esta for a sua primeira dose, deve ter um cartão de registo com a sua próxima consulta num prazo de 4 a 12 semanas. É importante receber as duas doses da mesma vacina para obter a maior proteção possível.

O que devo fazer se não me estiver a sentir bem quando estiver na altura da minha próxima marcação?

Se estiver doente, é melhor esperar até recuperar para receber a vacina. Não deve comparecer na consulta de vacinação se estiver em autoisolamento, à espera do teste à COVID-19 ou no prazo de 4 semanas depois de receber um teste à COVID-19 positivo.

Se precisar de remarcar a sua consulta, ligue para a Linha de Apoio ao Coronavírus: **0800 735 5566**

Keep your card safe with details of your vaccination.

COVID-19 VACCINE PROGRAMME

Don't forget your COVID-19 vaccination

Make sure you keep this record card in your purse or wallet

For more information on the COVID-19 vaccination or what to do after your vaccination, see: gov.je/vaccine

Government of Jersey

Second appointment date:

2 Name of vaccine:

Batch no: Date vaccine given:

Ficarei protegido com a vacina?

A vacina contra a COVID-19 que recebeu demonstrou reduzir a possibilidade de contrair a doença. As vacinas mostraram ser seguras e eficazes. Cada uma das vacinas foi testada em mais de 20 000 pessoas e não houve preocupações relativas à segurança.

É possível que o seu organismo demore algumas semanas a desenvolver a proteção. Como todos os medicamentos, nenhuma vacina é completamente eficaz, por isso, deve continuar a tomar as precauções recomendadas para evitar ser infetado. Algumas pessoas podem contrair COVID-19, apesar de terem sido vacinadas, mas será menos grave.

O que posso fazer depois de receber a vacina?

A vacina não pode causar a infeção por COVID-19 e o ciclo completo de vacinação reduzirá a sua possibilidade de ficar gravemente doente. Não sabemos o quanto reduzirá o risco de você transmitir o vírus. Por conseguinte, é importante continuar a seguir as atuais orientações de saúde pública.

Para se proteger a si, aos seus familiares, amigos e colegas, DEVE continuar a:

- praticar o distanciamento social
- usar máscara
- lavar as mãos com cuidado e frequência
- abrir as janelas para circular o ar
- seguir as diretrizes atuais disponíveis em gov.je/coronavirus

Lembre-se:

A COVID-19 é transmitida através de gotículas expelidas do nariz ou da boca, sobretudo ao falar ou tossir. Também a poderá contrair ao tocar nos olhos, nariz e boca após o contacto com objetos e superfícies contaminados.