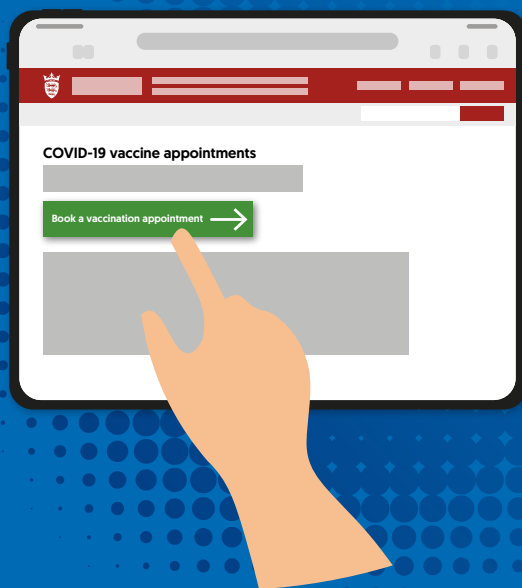




Um guia para a sua vacinação contra a COVID-19

À medida que implementamos o Programa de Vacinação contra a COVID-19 para os habitantes da ilha, a começar pelas pessoas de maior risco, este folheto explica o que é a vacinação contra a COVID-19, quem é elegível, porque é que a vacina é importante para nos proteger da COVID-19 e como pode marcar a sua consulta quando chegar a sua vez.

As informações são precisas no momento da publicação



Consultas de vacinação

Através da comunicação social, iremos anunciar qual será o próximo grupo prioritário a receber a vacina. Se for extremamente vulnerável clinicamente (risco elevado) ou se estiver clinicamente em risco (risco moderado), será notificado por carta pela equipa de vacinação.

Marcar a sua consulta

Quando for a sua vez de receber a vacina, poderá fazer a marcação online em gov.je/vaccine ou ligando para a Linha de Apoio ao Coronavírus através do número 01534 445566 ou da linha gratuita 0800 735 5566. Terá de responder a algumas perguntas para determinar se é elegível. Terá de fornecer os seus dados pessoais e selecionar uma data para a sua consulta de vacinação.

Ao marcar a sua consulta, certifique-se de que dispõe das seguintes informações:

- ✓ nome, morada, número de telefone
- ✓ Número da Segurança Social
- ✓ data de nascimento

Para as pessoas sem acesso à internet, pode:

- pedir a familiares, amigos e vizinhos para fazer a marcação em seu nome
- ligar para a Linha de Apoio ao Coronavírus através do número **01534 445566** ou da linha gratuita **0800 735 5566**

Após a conclusão da marcação, receberá um e-mail de confirmação ou uma SMS com os detalhes da sua marcação. As consultas terão lugar no Centro de Vacinação contra a COVID-19 em Fort Regent. Não será vacinado se não tiver marcação.

Unidades Móveis

Se não puder ir a Fort Regent receber a sua vacina, podemos providenciar a visita de uma Unidade Móvel. Isto não será tão rápido quanto receber a vacina no centro de vacinação. Quando for a sua vez de receber a vacina, pode ligar para **01534 445566** ou para a linha gratuita **0800 735 5566** para marcar uma consulta domiciliar.

Perguntas Frequentes sobre a vacinação contra a COVID-19

Que vacina vou receber?

Em Jersey, estamos a alinhar o nosso programa de vacinação com o do Reino Unido. Todas as vacinas foram aprovadas pela Agência Reguladora de Medicamentos e Produtos de Saúde [MHRA] e pelo Comité Conjunto de Vacinação e Imunização [JCVI] – um grupo de especialistas independentes que dá orientações sobre a imunização.

Até à data, foram aprovadas três vacinas para utilização no Reino Unido:

- a vacina da Pfizer-BioNTech
- a vacina da Oxford-AstraZeneca
- a vacina da Moderna

As duas primeiras já estão em uso em Jersey. O stock da vacina da Moderna deverá chegar ao Reino Unido na primavera de 2021. Jersey recebe uma proporção de todas das vacinas do Reino Unido com base no tamanho da população. Todas as vacinas precisam de duas doses para oferecer a melhor proteção. As vacinas mostraram ser seguras e eficazes em ensaios clínicos.

Também estão a ser desenvolvidas outras vacinas; só estarão disponíveis depois de passarem por testes exaustivos para garantir que são seguras e eficazes.

Porque é que as vacinas são importantes?

As vacinas ensinam o seu sistema imunitário a protegê-lo das doenças. É muito mais seguro para o seu sistema imunitário aprender isto através da vacinação do que contraindo as doenças e tentando tratá-las.

A vacina significa que, se contrair COVID-19, os efeitos serão muito menos graves.

Quem deve receber a vacina contra a COVID-19?

O JCVI recomendou que estas vacinas sejam primeiro oferecidas às pessoas que estão em maior risco de sofrer doenças graves ou morrer, caso contraíam a infeção.

Isto inclui idosos, profissionais da saúde e de assistência social que estão na linha da frente, residentes e funcionários de lares de idosos e pessoas com patologias clínicas específicas. À medida que mais vacinas ficam disponíveis,

podemos oferecê-las a outros habitantes da ilha em risco de contrair COVID-19 por ordem de prioridade.

Quando é que vou receber a minha vacina contra a COVID-19?

O nosso objetivo é administrar a primeira dose da vacina a todos os habitantes da ilha com mais de 50 anos até ao final de março de 2021. Isto depende da quantidade de vacinas que recebemos.

Se fizer parte de um grupo prioritário em que a vacina está disponível para si, mas ainda não marcou a sua consulta, pode fazê-lo a qualquer momento visitando gov.je/vaccine ou ligando para a Linha de Apoio ao Coronavírus através do número **01534 445566** ou da linha gratuita **0800 735 5566**.

Grupo prioritário	Quando é que vou receber a minha vacina?
Residentes de lares de idosos	Disponível agora
Funcionários de lares de idosos	Disponível agora
Pessoas com 80 anos ou mais	Disponível agora
Profissionais da saúde e de assistência social que estão na linha da frente	Disponível agora
Pessoas com 75 a 79 anos	Disponível agora
Pessoas com 70 a 74 anos	Disponível agora
Pessoas extremamente vulneráveis clinicamente [risco elevado] – 16 aos 69 anos	Disponível agora
Pessoas com 65 a 69 anos	Fevereiro de 2021
Pessoas clinicamente em risco [risco moderado] – 16 aos 64 anos	Fevereiro de 2021
Pessoas com 60 a 64 anos	Março de 2021
Pessoas com 55 a 59 anos	Março de 2021
Pessoas com 50 a 54 anos	Março de 2021
Equilíbrio da população [todas as idades a confirmar]	A anunciar

As vacinas são seguras?

As vacinas aprovadas para utilização no Reino Unido e Jersey cumpriram normas rígidas de segurança, qualidade e eficácia estabelecidas pela Agência Reguladora de Medicamentos e Produtos de Saúde (MHRA).

Qualquer vacina aprovada terá passado pelos mesmos ensaios clínicos e verificações de segurança que todos os outros medicamentos autorizados devem passar. Até agora, milhões de pessoas receberam a sua vacina contra a COVID-19 e os relatos de efeitos secundários graves são muito raros. Quando um efeito secundário grave é reportado, é monitorizado pela MHRA. Não foram reportadas complicações a longo prazo.

Posso escolher qual a vacina que recebo?

Não podemos oferecer, de forma rotineira, uma escolha de vacina, no entanto, será avaliado antes de receber a sua vacina para garantir que está a receber a vacina certa para si.

Quem não pode receber a vacina?

As vacinas não contêm organismos vivos e, portanto, são seguras para pessoas com distúrbios do sistema imunitário. Estas pessoas podem não responder tão bem à vacina. Existe um número muito pequeno de pessoas com risco de contrair a COVID-19 que não pode receber a vacina – isto inclui pessoas com alergias graves a uma dose anterior da mesma vacina ou a qualquer ingrediente da vacina. As reações alérgicas graves são raras.

Já tive COVID-19 / testei positivo para anticorpos, preciso de ser vacinado?

De momento, não está claro se a infeção prévia com COVID-19 produz imunidade a longo prazo. Por conseguinte, quando for convidado para a vacinação, deve comparecer mesmo que tenha testado positivo à COVID-19 anteriormente ou que tenha testado positivo para anticorpos contra a COVID-19. A vacinação deve ser adiada até à recuperação clínica da COVID-19, durante pelo

menos quatro semanas após o início dos sintomas ou quatro semanas a partir do primeiro teste PCR positivo nas pessoas que não apresentaram sintomas.

As outras medidas (distanciamento físico/usar máscara) continuam a aplicar-se a mim depois de apanhar a vacina?

As vacinas eficazes serão a melhor forma de proteger os mais vulneráveis da COVID-19 e é o maior avanço desde o início da pandemia. Estamos a monitorizar de perto o impacto da vacinação nas pessoas, nas pressões sobre o nosso sistema de saúde e na propagação do vírus. **Até indicação em contrário, deve continuar a agir para evitar a propagação da COVID-19 usando máscara, mantendo um distanciamento físico mínimo de 2 metros de pessoas fora do seu agregado familiar e lavando as mãos.** Se fizer parte do programa de testes à COVID-19, é importante comparecer nos testes mesmo depois de receber a segunda dose da vacina.

Mulheres em idade fértil, grávidas ou a amamentar

Não há evidências de que a vacina contra a COVID-19 não seja segura se estiver grávida. Mas são necessárias mais evidências antes de poder recebê-la de forma rotineira.

O JCVI atualizou as suas orientações para recomendar que pode receber a vacina se estiver grávida e:

- em risco elevado de contrair COVID-19 devido ao seu local de trabalho
- se tiver um problema de saúde que implica que pode correr um risco elevado de sofrer complicações graves derivadas da COVID-19

Pode receber a vacina contra a COVID-19 se estiver a amamentar. Fale com um profissional de saúde antes de ser vacinada. Eles discutirão os benefícios e riscos consigo. Não precisa de evitar engravidar após a vacinação. A vacina não pode transmitir COVID-19 a si nem ao seu bebé.

Comparecer na sua consulta

Centro de vacinação, estacionamento e serviço de shuttle

Nos pisos 10, 11 e 12 do parque de estacionamento Pier Road, o estacionamento é gratuito [máximo de 2 horas] para as pessoas com consultas de vacinação em Fort Regent.

Será disponibilizado um serviço de shuttle, com 6 lugares e espaço para cadeiras de rodas, a partir da Paragem O da Liberation Station. O shuttle partirá a cada 20 minutos durante os seguintes horários de funcionamento do Centro de Vacinação:

- De segunda a sexta-feira, 11h30 às 18h30
- Sábados e domingos, 8h30 às 15h30

Deve chegar apenas 15 minutos antes da sua consulta. Pode trazer um acompanhante.

Quando for à consulta, precisa de:

- ✓ levar comprovativo de morada
- ✓ levar Documento de Identificação a confirmar a data de nascimento
- ✓ usar máscara
- ✓ usar roupa quente, mas larga, para garantir que a vacina pode ser administrada na parte superior do braço

Ao chegar a Fort Regent, haverá agentes à disposição para ajudá-lo a entrar no centro de vacinação e, se necessário, estão disponíveis cadeiras de rodas. Queen's Hall é um ambiente clínico e satisfaz as normas de higiene exigidas. Trabalhámos arduamente para garantir que o nosso centro cumpre as medidas de prevenção e controlo da infeção e garantiremos que todos cumprem as atuais diretrizes relativas à COVID-19.

Quanto tempo vai demorar e quem é que vai administrar a vacina?

A sua vacina será administrada por um Médico Registado que tenha recebido a formação adequada. Deve chegar apenas 15 minutos antes da sua consulta e o nosso objetivo é que fique nas instalações do centro de vacinação 45 minutos a uma hora. O processo de vacinação é simples, e terá de esperar 15 minutos enquanto

é monitorizado pela St John's Ambulance antes de sair do centro de vacinação. Este é o procedimento habitual.

Depois da primeira consulta

Como todos os medicamentos, as vacinas podem causar efeitos secundários. Os efeitos secundários geralmente surgem 24 horas após a administração da vacina. A maior parte deles são ligeiros e de curta duração e nem todas as pessoas os têm. Pode continuar com o seu dia normalmente após esse período, 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. Os efeitos secundários muito frequentes incluem: sensação de dor forte e sensibilidade no braço onde a injeção foi administrada, sensação de cansaço, dor de cabeça e dores generalizadas ou sintomas ligeiros de gripe. Deve tomar a dose normal de paracetamol se não se sentir bem.

A sua segunda dose

É importante receber as duas doses da vacina para obter a maior proteção possível. Depois de receber a primeira dose, terá uma segunda consulta. Deverá comparecer na segunda consulta. Receberá uma SMS ou e-mail de confirmação sobre o prazo da sua segunda dose, que será até 12 semanas após a primeira dose. A mensagem ou e-mail serão enviados 2 semanas antes da sua próxima consulta.

Guarde o seu cartão com os detalhes da sua vacinação.



Porque é que o tempo entre a primeira e a segunda dose mudou?

Ambas as vacinas oferecem uma proteção considerável após uma única dose, pelo menos a curto prazo. A segunda dose completa o esquema de vacinação e é particularmente importante para a proteção a longo prazo.

Após uma dose da vacina, o nível de proteção contra a COVID-19 é:

- Pfizer cerca de 89 %
- AstraZeneca 73 %

O seu organismo demora algumas semanas a desenvolver a proteção. Como todos os medicamentos, nenhuma vacina é completamente eficaz. Deve continuar a tomar as precauções recomendadas para evitar ser infetado.

Ao longo desta pandemia, sempre nos guiámos pelos conselhos científicos mais recentes. O reagendamento das segundas doses da vacina contra a COVID-19 (de 21 dias de intervalo para até 12 semanas de intervalo) trará uma proteção mais rápida para um maior número de pessoas com maior risco de contrair o vírus. A decisão baseia-se na opinião de especialistas do Comité Conjunto de Vacinação e Imunização [JCVI].

Tendo estudado as evidências, o JCVI recomendou que devemos priorizar a administração da primeira dose ao maior número de pessoas em grupos de risco o mais rapidamente possível. Esta é a melhor forma de proteger o maior número de pessoas possível e também terá maior impacto na redução da mortalidade, doenças graves e internamentos.

Facebook LIVE Perguntas aos especialistas

Terça-feira, 16 de fevereiro, 19h00

O nosso painel de especialistas do Programa de Vacinação contra a COVID-19 fará uma transmissão em direto no Youtube e nas redes sociais para responder às suas perguntas sobre a vacina contra a COVID-19.

- Becky Sherrington – Responsável pelo Programa de Vacinação contra a COVID-19
- Dr. Ivan Muscat MBE – Delegado Municipal de Saúde
- Ross Barnes – Responsável de Operações do Programa de Vacinação contra a COVID-19
- Paul McCabe – Diretor Técnico de Farmácia, Serviços de Saúde (Health and Community Services)

Faça as suas perguntas

Antecipadamente: Pode enviar perguntas para a equipa com antecedência, enviando um e-mail ou um vídeo em que faça a sua pergunta para GovEvents@gov.je ou ligando para **01534 440800**.

Live: Pode enviar perguntas em direto para o painel visitando sli.do e usando o código do evento: #445566 ou digitalizando o código QR abaixo.



Inquérito sobre a Vacinação contra a COVID-19

Juntamente com a 4Insight, estamos a tentar reunir as suas opiniões sobre a vacinação contra a COVID-19 para garantir que o Programa continua a compreender as necessidades dos habitantes da ilha.

Responda ao inquérito online:

<http://bit.ly/vaccinejsy>

Responda ao inquérito por telefone: ligue para a 4Insight através do número **01534 859300** entre as 9h00 e as 17h00, de segunda a sexta-feira.

O inquérito termina na segunda-feira, 15 de fevereiro. As pessoas que responderam ao inquérito podem habilitar-se a ganhar 100 £.

