

## VACINA COVID 19

A vacina contra a COVID-19 já está disponível em Portugal e o processo de vacinação está a decorrer, em todo o País, por fases, de acordo com os critérios de prioridade e as determinações da DGS (Direção Geral da Saúde) e do Ministério da Saúde.

A vacina é segura e é eficaz. Nos ensaios clínicos realizados todas as vacinas que estão ou vão no futuro próximo ser administradas em Portugal (Pfizer, Moderna, Astra Zeneca e Johnson & Johnson) foram seguras e eficazes na prevenção da infeção e sobretudo na prevenção total contra as formas graves da doença.

É importante que contacte o seu médico para assegurar a elegibilidade para as diferentes prioridades de vacinação e possa receber instruções que lhe permitam ser vacinado nas melhores condições e da forma mais oportuna.

O aparecimento de imunidade ao vírus COVID em cada pessoa vacinada pode demorar várias semanas. Para além disso não pode excluir-se que as pessoas vacinadas, ainda que não tendo quadros clínicos graves, possam ter infeção assintomática e nesse contexto transmitir, sem o saber, a infeção a outras pessoas, em especial pessoas com maior risco ou maior vulnerabilidade, como por exemplo as pessoas idosas.

Assim, mesmo depois de adequadamente vacinada, cada pessoa deve observar todas as regras de higiene pessoal, e manter, em público, o uso de máscara de proteção facial e as regras de distanciamento social.

A vacinação é uma medida fundamental para garantir que nós, enquanto sociedade, reduzimos a propagação do vírus, contribuindo para eliminar a pandemia e permitir o regresso ao nosso padrão de vida habitual.

### **Perguntas frequentes**

#### **Como é feita a vacinação COVID?**

As vacinas da Pfizer, Moderna e Astra Zeneca requerem duas doses, com 21 dias, 28 dias ou 12 semanas de intervalo, respetivamente. A segunda dose da vacina deve ser feita com a mesma vacina da primeira toma. O pico da imunidade tenderá a ocorrer 2 a 3 semanas após a segunda dose da vacina.

A vacina Johnson & Johnson requer uma única dose, e o pico da imunidade ocorre 2 a 3 semanas após a sua administração.

Há outras vacinas COVID-19 que estão em desenvolvimento. Estas ficarão disponíveis logo que os seus processos de autorização sejam revistos e aprovados pela EMA (agência europeia do medicamento).

Estão ainda em curso ensaios para avaliar a duração da imunidade criada pela vacina e também a necessidade de efetuar reforços vacinais sucessivos (por exemplo todos os anos, como na gripe).

Embora as vacinas sejam altamente eficazes na prevenção de doença grave causada pelo vírus SARS-CoV-2, não servem como tratamento para a infeção COVID-19. Neste caso será necessário procurar ajuda médica para obter, em tempo oportuno, o tratamento mais adequado.

#### **Como foram definidos os critérios para priorizar as diferentes fases de vacinação?**

A Direção Geral da Saúde (DGS) estabeleceu, em consonância com o Ministério da Saúde, uma lista de critérios que permitem definir as prioridades para as diferentes fases de vacinação.

Estes critérios têm em conta o risco inerente a diferentes grupos populacionais e as características específicas de cada vacina. Os critérios têm vindo a ser sucessivamente ajustados de forma a garantir a melhor cobertura vacinal à população.

### **Quando é que a vacina estará disponível para a generalidade da população?**

Espera-se que a maioria da população adulta possa estar vacinada até setembro de 2021.

Nessa altura devem estar vacinados todos os grupos populacionais, incluindo as pessoas sem critérios de risco devido à idade, problemas de saúde específicos ou exposição profissional.

Não está ainda prevista a vacinação contra a COVID de menores de 18 anos. Estão em curso ensaios clínicos para validar a indicação da vacina para os mais jovens, em especial para menores de 16 anos.

### **Onde posso obter a vacina ou vacinar-me?**

Neste momento o processo de vacinação é exclusivamente público e está atribuída ao SNS (serviço nacional de saúde). Este processo é coordenado por uma “Task Force” específica, designada pelo Ministério da Saúde. Não é possível obter a vacina noutro contexto ou noutro lugar.

A inclusão nas listas de prioridade e a calendarização do processo de vacinação passa, em regra, pelos médicos de família e centros de saúde, ou por organismos de saúde / instituições, de carácter prioritário, designados pela Task Force. Esta Task Force é a última responsável por todo este processo de vacinação.

Para as pessoas que não tenham médico de família ou tenham em alternativa um médico assistente privado, caberá a este médico fazer o registo dessa prioridade numa plataforma informática criada para o efeito. Depois deste registo o SNS contactará cada pessoa de forma a garantir todo o processo vacinal, em tempo oportuno.

### **Posso escolher a vacina que vou tomar?**

Por regra não, embora o processo vacinal seja voluntário.

A capacidade de escolha está limitada pela disponibilidade das diferentes vacinas e por alguns outros fatores, como a segurança e eficácia demonstrada nos ensaios clínicos em diferentes grupos populacionais, nomeadamente em função da idade.

Importa salientar que todas as vacinas disponíveis em Portugal foram consideradas seguras e eficazes na proteção contra as formas graves de COVID-19.

### **A vacinação é gratuita?**

Sim, o processo de vacinação é gratuito.

### **Como posso ter a certeza de que o processo de vacinação é seguro e eficaz?**

Todas as vacinas são sujeitas a ensaios clínicos rigorosos que permitem documentar a segurança e eficácia da sua utilização. Estes ensaios só se iniciam depois de a segurança da vacina ter sido estabelecida.

Nos ensaios em larga escala, dezenas de milhares de voluntários tomam de forma aleatória a vacina ou um placebo (uma substância inerte sem efeito farmacológico), para comparar a eficácia do medicamento na prevenção da infeção em estudo ou das suas complicações a ela associadas.

Os resultados destes ensaios são posteriormente revistos por entidades reguladoras e científicas independentes, como a FDA ( Food and Drug Administration), nos Estados Unidos ou a EMA ( Agência Europeia do Medicamento), na Europa.

As vacinas utilizadas em Portugal foram todas consideradas seguras e eficazes pela EMA.

A aprovação pelas entidades reguladoras não invalida que as vacinas continuem a ser sistematicamente monitorizadas por estes organismos. O objetivo é detetar a existência de efeitos adversos que não tenham sido até aí reconhecidos e assim garantir que a administração das vacinas permanece segura.

Se forem detetados efeitos adversos relevantes as recomendações da vacina são ajustadas em conformidade.

### **Quais são os sintomas laterais ou efeitos adversos mais importantes?**

Os sintomas mais comuns incluem a dor no local da administração ou sintomas semelhantes a uma síndrome gripal ligeira, com febre, dores musculares, cefaleias e fadiga. Por regra os sintomas permanecem 1 a 2 dias, ainda que possam ser mais intensos após a segunda administração da vacina.

As reações podem ser mais importantes do que as que habitualmente ocorrem na vacinação contra a gripe e podem ser o sinal de que o sistema imunitário está a responder à vacina.

Podem também existir reações mais graves, nomeadamente alérgicas. É importante que todos os que apresentem história de reações alérgicas prévias consultem o seu médico antes de serem vacinados.

É importante que todas as reações à administração da vacina sejam reportadas para que seja possível discriminar a sua relevância.

### **Eu já tive COVID-19. Preciso tomar a vacina?**

Sim, por regra deve planear-se a toma da vacina. As pessoas com história de infeção pelo vírus têm o que se denomina “imunidade natural”, mas não estão ainda definidos o tempo que esta imunidade perdura e o tipo de proteção que confere.

Assume-se que a imunidade estará presente e é eficaz pelo menos 90 dias, pelo que o planeamento da vacinação deverá ocorrer depois dessa data.

### **Depois de ser vacinado, ainda posso disseminar o vírus?**

Todas as vacinas disponíveis em Portugal ( Pfizer, Moderna, Johnson & Johnson e Astra Zeneca) são muito eficazes na prevenção de doença grave causadas pelo vírus.

Contudo, é possível que as pessoas vacinadas possam contrair a infeção e ainda que não tendo sintomas possam transmitir, sem o saber, o vírus a terceiros.

### **Depois de estar vacinado, ainda preciso usar máscara facial e cumprir o distanciamento social?**

Sim, devem manter-se, no geral, todos os cuidados de higiene pessoal, uso de máscara facial e distanciamento social que permitam evitar o contágio. Estes cuidados são particularmente importantes em relação a contactos com pessoas não vacinadas, nomeadamente aquelas com risco acrescido, como por exemplo, os idosos.

Todos estes cuidados são também particularmente importantes nas primeiras semanas após a última dose da vacina, pois sabemos que a resposta imunitária demora ainda algumas 2 a 3 semanas a completar-se.

À medida que aumenta o número de pessoas vacinadas e existe um melhor controlo da pandemia, é provável que as regras para visitar e interagir com outras pessoas, nomeadamente as que também estão vacinadas, se tornem menos rígidas.

### **Quantas pessoas precisam ser vacinadas para que haja “imunidade de grupo”?**

Fala-se em “imunidade de grupo” quando há um número suficiente de pessoas imunes na população para impedir a transmissão do vírus e o aparecimento de novos casos de doença.

Esta imunidade, que varia de doença para doença, pode ser adquirida através de infeção natural ou através da vacinação.

A vantagem desta imunidade de grupo é a de conferir uma proteção indireta às pessoas que ainda não tem imunidade.

Apesar da incerteza, estima-se que no caso da COVID este valor se situe entre 2/3 a 70% da população.

### **Como posso obter mais informações?**

Poderá encontrar informações adicionais na página da Direção Geral da Saúde ( DGS) dedicada à COVID 19, no endereço <https://covid19.min-saude.pt/> .