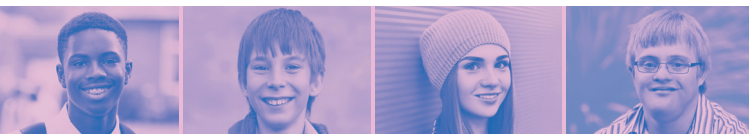


What to expect after your COVID-19 vaccination:  
Advice for children and young people - Portuguese



O que esperar após a

# vacina da COVID-19

Informação para crianças  
e jovens



Consulte mais informação em  
[www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine](http://www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine)



**O serviço de saúde  
está a oferecer a vacina  
da COVID-19 a todas  
as crianças e jovens  
elegíveis.**

Esta brochura explica  
o que esperar após  
receberes a vacina.

## Efeitos secundários

Tal como acontece com todos os medicamentos, as vacinas podem causar efeitos secundários. A maior parte destes efeitos são ligeiros, passam rapidamente e não afetam todas as pessoas. Os efeitos secundários muito comuns só persistem, normalmente, durante um ou dois dias. A vacina da Pfizer costuma causar mais efeitos secundários depois da segunda dose de que depois da primeira.

Os efeitos secundários muito comuns nos primeiros dois dias incluem:

- sensação de dor, peso e sensibilidade no braço onde recebeste a injeção
- sensação de cansaço
- dores de cabeça, dores generalizadas e calafrios

Também poderás ter sintomas de gripe com episódios de calafrios e tremores durante um ou dois dias. Contudo, a febre alta também pode ser indicação de que tens COVID-19 ou outra infeção.

Pode descansar e tomar paracetamol (segue as indicações de dosagem na embalagem) para te sentires melhor.

Um efeito secundário invulgar consiste nas glândulas inchadas na axila ou no pescoço, no mesmo lado do corpo onde recebeste a vacina. Isso poderá durar cerca de 10 dias, mas se persistir após este período deves contactar o teu médico.

## O que deves fazer se estiveres preocupado(a) com os efeitos secundários

Normalmente, os sintomas duram menos de uma semana. Se os teus sintomas estiverem a piorar ou se estiveres preocupado(a), tu ou os teus pais podem telefonar ao teu médico de família (GP) ou serviço de atendimento fora de horas. Se fores visto(a) por um profissional médico ou de enfermagem, lembra-te de dizeres que recebeste a vacina (mostra o cartão da vacina) para te poderem avaliar adequadamente.

Também podes notificar suspeitas de efeitos secundários resultantes de vacinas e medicamentos através do esquema *Yellow Card* ou através da aplicação *Yellow Card*, que pode ser descarregada em [coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk).



[coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk)

## Há outros efeitos secundários mais graves?

Recentemente, foram comunicados casos raros de inflamação do coração (chamada miocardite ou pericardite) após a vacina da COVID-19.

Estes casos ocorreram principalmente em homens mais jovens poucos dias após receberem a vacina. A maior parte destas pessoas recuperou rapidamente e melhorou após repouso e tratamento simples. Deves procurar urgentemente assistência médica junto do teu médico de família (GP) ou departamento de urgências hospitalares, se tiveres:

- dor no peito
- falta de ar
- ritmo cardíaco acelerado, palpitações ou o coração a bater com muita força

## **Posso contrair a COVID-19 a partir da vacina?**

Não é possível uma pessoa contrair a COVID-19 a partir da vacina, mas é possível já ter contraído a COVID-19 e não se aperceber de que tem sintomas até depois da consulta da vacina. Os sintomas mais importantes de COVID-19 são o aparecimento recente de qualquer um dos seguintes:

- uma tosse nova contínua
- febre alta
- perda ou mudança do sentido normal do paladar ou olfato (anosmia)

Embora possas ter febre dentro do primeiro ou segundo dia após a vacinação, caso tenhas outros sintomas de COVID-19 ou se a tua febre durar mais tempo, fica em casa e faz um teste à COVID-19.

## O que fazer a seguir



Após seres vacinado(a), receberás um cartão de vacinação. Ser-te-á oferecida uma segunda dose após 8 ou 12 semanas. Serás

informado(a) do melhor intervalo no teu caso para receber a segunda dose, para uma proteção ideal e mais duradoura.

**Guarda o teu cartão de vacinação num local seguro. Se necessitares de uma segunda dose, não te esqueças de ir à tua marcação.**

## Se não estiveres bem no dia da consulta.

Se te sentires doente, é melhor esperares até que estejas recuperado(a) antes de receberes a vacina.

Não deves ir à marcação para a vacina se estiveres em isolamento, à espera do resultado de um teste à COVID-19. Deves aguardar 12 semanas depois de um teste positivo à COVID-19 ou 4 semanas se fizeres parte do grupo de alto risco.

## A vacina vai-te proteger?

Está provado que a vacina contra a COVID-19 que recebeste reduz as probabilidades de adoeceres com COVID-19.

Milhões de doses da vacina já foram administradas a nível mundial. A vacina tem um alto nível de eficácia em crianças e jovens.



Poderá levar algumas semanas até que o teu corpo desenvolva proteção após a vacina. Como acontece com todos os medicamentos, nenhuma vacina é totalmente eficaz, por isso deves continuar a tomar as precauções recomendadas para evitar a infeção.

Algumas pessoas podem contrair COVID-19 mesmo depois de receberem a vacina, mas a doença deverá ser menos grave.

## O que podes fazer depois de receberes a vacina

Não é possível seres infetado(a) com a COVID-19 através da vacina, e vai reduzir a probabilidade de adoeceres gravemente. É importante que continues a seguir as orientações atuais a nível nacional. Podes continuar a ir à escola, *college* (escola técnica) ou a trabalhar após receberes a vacina.

Para te protegeres a ti e à tua família, amigos e colegas, deves também:

- estar atento(a) ao distanciamento social
- usar uma cobertura facial quando solicitado
- lavar as mãos cuidadosamente com frequência
- abrir as janelas para deixar entrar ar fresco
- seguir as orientações atuais em [www.nidirect.gov.uk/coronavirus](http://www.nidirect.gov.uk/coronavirus)



## Como é que a COVID-19 é transmitida

A COVID-19 é transmitida por meio de gotículas expelidas pelo nariz ou boca, especialmente ao falar ou tossir. O contágio também pode ocorrer ao tocares nos olhos, nariz e boca após o contacto com objetos e superfícies contaminadas.

## Mais informações

Lê a bula do medicamento para mais pormenores sobre a vacina, incluindo possíveis efeitos secundários, no website *Coronavirus Yellow Card*.

Também podes transmitir informações sobre suspeitas de efeitos secundários no mesmo website ou ao descarregares a aplicação *Yellow Card*. Podes consultar mais informações em [www.nidirect.gov.uk/coronavirus](http://www.nidirect.gov.uk/coronavirus).



Informação correta à data de publicação. Para a versão mais recente desta brochura e formatos alternativos, consultar o website da PHA: [www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

© Copyright da Coroa 2021

Esta informação foi originalmente desenvolvida pela *UK Health Security Agency* (Agência de Segurança Sanitária do Reino Unido) e é usada ao abrigo da *Open Government Licence* v3.0

 **Public Health Agency**

**Public Health Agency**  
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.  
Tel: 0300 555 0114 (local rate).  
[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

Find us on:

