



## Está grávida?

# Receber as vacinas da COVID-19

## A vacina da COVID-19 é vivamente recomendada às grávidas e lactantes

**Já foi demonstrado que as vacinas para a COVID-19 disponíveis no Reino Unido são eficazes e têm um bom perfil de segurança. É importante que receba as suas vacinas da COVID-19 para se proteger a si e ao seu bebé.**

### VACINA PARA A COVID-19 na gravidez

De acordo com o Joint Committee on Vaccination and Immunisation (Comité Conjunto de Vacinação e Imunização, "JCVI" na sigla em inglês), as grávidas têm um risco maior de adoecer com a COVID-19. Por isso está a encorajar as grávidas a receber as vacinas da COVID-19 assim que possível. A vacina não deve ser adiada até depois do parto. A fim de se proteger a si e ao bebé. No Reino Unido, mais de 100.000 grávidas já foram vacinadas, principalmente com as vacinas da Pfizer e da Moderna, as quais têm um bom perfil de segurança.

Estas vacinas não contêm o coronavírus vivo e não poderá infectar as grávidas ou o feto.

Os dados relativos às vacinas da COVID-19 são continuamente revistos pela Organização Mundial da Saúde (OMS) (World Health Organisation (WHO)) e os órgãos reguladores no Reino Unido, EUA, Canadá e Europa.

As vacinas preferenciais para as grávidas de qualquer grupo etário a receber a primeira dose são as da Pfizer e da Moderna.

Qualquer pessoa que já tenha começado a vacina e à qual lhe seja oferecida uma segunda dose durante a gravidez deve receber a segunda dose da mesma vacina, a não ser que tenha tido efeitos secundários graves depois da primeira dose.

**Consulte mais informação sobre a gravidez, amamentação, fertilidade e vacina do coronavírus (COVID-19) no website do NHS**

### Porque preciso tomar a vacina se estiver grávida?

Se adoecer com COVID-19 numa fase avançada da gravidez, tanto você como o feto têm um risco mais elevado de desenvolver doença grave que venha a necessitar de tratamento hospitalar e apoio nos cuidados intensivos. Os dados do Reino Unido demonstram que quase todas as grávidas com COVID-19 que necessitaram de tratamento hospitalar ou de cuidados intensivos não tinham sido vacinadas. O nível de risco geral da COVID-19 para si e para o seu bebé é baixo, mas tem vindo a aumentar ao longo das vagas da COVID-19.

As vacinas da COVID-19 na gravidez proporcionam-lhe altos níveis de proteção contra a doença. Existe informação fiável relativa à segurança das vacinas da COVID-19 administradas às grávidas no Reino Unido, bem como em outros países.

É importante que tenha proteção com todas as doses da vacina para a sua segurança e a do bebé. Não espere até depois do parto.

As grávidas que tenham outros problemas de saúde têm um risco mais elevado de sofrer complicações graves em resultado da COVID-19.

### Fatores de risco para as grávidas

Se tiver problemas de saúde como:

- problemas de imunidade
- diabetes
- tensão alta
- doença coronária
- asma

Ou se:

- for obesa
- tiver mais de 35 anos
- estiver no seu terceiro trimestre do período de gestação (mais de 28 semanas)
- tiver ascendência negra ou asiática
- não tiver sido vacinada ou se tiver sido somente parcialmente vacinada

**Terá um risco mais elevado de COVID-19 do que as mulheres da mesma idade que não estejam grávidas.**

## O que é que isto significa para mim?

### Engravidar

Não há necessidade de evitar engravidar após receber a vacina da COVID-19.

Não existe evidência que demonstre que as vacinas da COVID-19 afetam a fertilidade ou a probabilidade de engravidar.

### Se estiver grávida

As vacinas da COVID-19 proporcionam a melhor proteção para as grávidas contra a COVID-19, que pode vir a ser grave na fase final da gravidez para certas mulheres.

A primeira dose da vacina COVID-19 irá proporcionar-lhe um bom nível de proteção. Precisa de receber todas as doses na altura certa, para obter um nível de proteção ideal. Deve receber a segunda dose entre 8 a 12 semanas depois da primeira dose. Não precisa de adiar a segunda dose. Se tiver adiado a vacina por algum motivo, receba-a assim que possível.

Se já tiver recebido a primeira dose da vacina da COVID-19 sem ter tido qualquer efeito secundário grave, pode receber a segunda dose da mesma vacina quando ela lhe for oferecida.

Se tiver recebido a primeira dose da vacina da AstraZeneca, deve ler a informação nesta brochura [www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-and-blood-clotting](http://www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-and-blood-clotting)

### Doses de reforço

As grávidas poderão receber uma dose de reforço 12 semanas depois da segunda dose. A dose de reforço oferecida poderá ser da vacina Pfizer ou Moderna.

**Nenhuma vacina é 100% eficaz, por isso é importante que continue a seguir as orientações atuais a nível nacional.**

Para se proteger a si e à sua família, amigos e colegas, deverá OBRIGATORIAMENTE continuar a:

- usar máscara, sempre que aconselhada a fazê-lo
- lavar as mãos cuidadosamente com frequência
- abrir as janelas para deixar entrar ar fresco.
- seguir as [orientações atuais](#)

### Amamentação

Os benefícios da amamentação são bem conhecidos. De acordo com o JCVI, as vacinas podem ser administradas durante o período de amamentação. Isto está em conformidade com recomendações dos EUA e da Organização Mundial da Saúde (WHO).

Tal como acontece com todos os medicamentos, as vacinas podem causar efeitos secundários comuns. Se souber o que esperar depois de receber a vacina, isso poderá ajudá-la, especialmente se já teve a criança ou se estiver a cuidar de outras crianças.

Consulte a brochura “O que esperar depois da vacina da COVID-19” [www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-what-to-expect-after-vaccination](http://www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-what-to-expect-after-vaccination)

O Royal College of Obstetricians e Gynaecologists (RCOG) e o Royal College of Midwives (RCM) possui um guia de decisão e outras informações que poderá achar úteis sobre as vacinas da COVID-19 e a gravidez ([rcog.org.uk](http://rcog.org.uk) – [www.rcm.org.uk/guidance-for-pregnant-women](http://www.rcm.org.uk/guidance-for-pregnant-women)).

Se quiser falar com alguém sobre a vacina da COVID-19, contacte a sua parteira, médico(a) ou enfermeiro(a).

Não adie a vacina até depois do parto, certifique-se de que recebe a melhor proteção que existe contra a COVID-19 para si e para o seu bebé.



**Vacinação, para ajudar a proteger os mais vulneráveis.**



Esta brochura gratuita também se encontra disponível em braille, em vídeo com linguagem gestual britânica, em ficheiro de áudio e em 27 línguas. Consulte [www.healthpublications.gov.uk](http://www.healthpublications.gov.uk) para descarregar ou encomendar cópias. Alternativamente, telefone para o número 0300 123 1002 para encomendar cópias.