

ESPERAU
M BEBÉ?

PROTEJA A SI MESMO(A) E AO SEU
PEQUENO
COM A SUA VACINA GRATUITA
CONTRA A COVIDA-19 E A GRIPE

Informações para mulheres grávidas e para aquelas que estão a tentar engravidar





Mais de 81.000 mulheres grávidas já tomaram a vacina.

Mais de 51.000.000 pessoas receberam a sua primeira dose da vacina COVID-19 no Reino Unido, incluindo mais de 81.000 mulheres grávidas. As mulheres grávidas têm recebido a vacina COVID-19 desde abril de 2021. Proteja-se a si e ao seu bebê com a sua vacina COVID-19 gratuita e a vacina contra a gripe.

A vacina é segura e eficaz para as mulheres grávidas e as que amamentam. Se tiver 18 ou mais anos, pode reservar a sua vacina COVID-19 ou frequentar um centro de acolhimento. Depois de ter tomado tanto a primeira como a segunda dose, é também elegível para um reforço ao fim de três meses.

Se tiver 12-17 anos, pode reservar a sua vacina COVID-19 e pode tomar ambas as doses.

Os efeitos secundários que podem ocorrer são:

- Braço dorido devido à injeção
- Sentir-se cansado/a
- Dores de cabeça
- Sentir dores
- Sentir-se ou estar doente.

Efeitos secundários mais graves, tais como reações alérgicas ou coágulos sanguíneos, são muito raros. As vacinas COVID-19 não contêm ovos nem produtos animais. É seguro para pessoas que seguem um estilo de vida vegano ou vegetariano.

A vacina Oxford/AstraZeneca contém uma pequena quantidade

de álcool, mas isto é menos do que em alguns alimentos quotidianos como o pão.

Porque é que preciso da vacina?

A infeção COVID-19 continua a circular e pode ser grave para as mulheres grávidas. É importante tomar ambas as doses da sua vacina COVID-19 para o protegera si e ao seu feto.

A vacina é segura para as mulheres grávidas?

As vacinas COVID-19 são seguras e eficazes. Milhares de mulheres grávidas foram vacinadas em segurança no Reino Unido e em todo o mundo.

Todas as vacinas no Reino Unido devem ser aprovadas pela Agência Reguladora independente

dos Medicamentos e Produtos de Saúde (MHRA). A MHRA é uma agência executiva, patrocinada pelo Departamento de Saúde e Assistência Social. A MHRA assegura que a vacina cumpre as rigorosas normas internacionais de segurança, eficácia e qualidade. Uma vez aprovada, a vacina é acompanhada de perto para garantir a sua segurança e eficácia.

A vacina COVID-19 irá afetar a minha fertilidade e o meu bebé?

Não há provas de que as vacinas COVID-19 têm um efeito na fertilidade ou nas hipóteses de ficar grávida. As vacinas não podem transmitir-lhe nem ao seu bebé COVID-19.



A vacina COVID-19 é completamente segura para as mulheres grávidas e para os seus fetos. A vacina não aumenta o risco de aborto, nascimento prematuro ou natimorto.

Nenhuma das vacinas contém um vírus vivo, por isso não há risco de você ou o seu bebê desenvolverem COVID-19.

Quantas mulheres já tomaram a vacina COVID-19?

Mais de 81.000 mulheres grávidas receberam a vacina COVID-19 até à data.

A vacina COVID-19 irá afetar o meu ciclo menstrual?

A MHRA está a rever relatórios de suspeitas de efeitos secundários de distúrbios menstruais (problemas menstruais) e hemorragias vaginais inesperadas após a vacinação contra a COVID-19 no Reino Unido.

As alterações menstruais relatadas não são permanentes.

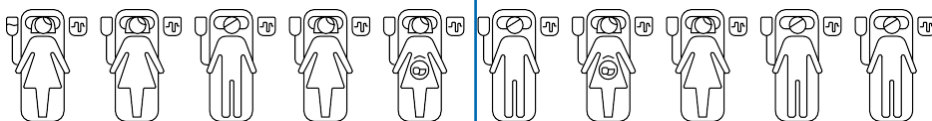
A MHRA continua a rever atentamente os relatos de suspeitas de efeitos secundários de distúrbios menstruais e hemorragias vaginais inesperadas.

Onde posso pedir ajuda e/ou esclarecimentos?

Se não tiver a certeza sobre a toma da vacina COVID-19, deve procurar respostas em locais de confiança. O NHS, o Royal College of Midwives e o Royal College of Obstetrics & Gynaecologists podem ajudá-lo a decidir.

Que vacina devem tomar as mulheres grávidas?

Se está grávida e ainda não tomou a vacina COVID-19, é preferível que tome



Quase 20% dos pacientes de cuidados críticos em Inglaterra são mulheres grávidas não vacinadas.

a vacina Pfizer/BioNTech ou Moderna.

Isto porque estas vacinas têm sido mais amplamente utilizadas durante a gravidez noutros países e não foram identificadas preocupações de segurança .

Se já tomou a vacina Oxford/AstraZeneca para a sua primeira dose, tem a opção de ter uma vacina diferente para a sua segunda dose.

As vacinas não podem transmitir-lhe nem ao seu bebé COVID-19.

Devo receber uma segunda dose diferente se tiver recebido a vacina Oxford/AstraZeneca na minha primeira dose?

As mulheres grávidas que tomaram a vacina AstraZeneca na sua primeira dose podem tomar uma vacina diferente na sua segunda dose. A segunda dose é importante para uma proteção mais duradoura contra a COVID-19. É seguro e eficaz tomar uma vacina diferente na sua segunda dose

“Pfizer/BioNTech ou a vacina Moderna é recomendada para mulheres grávidas. Se a sua primeira dose foi AstraZeneca, pode ter Pfizer ou Moderna como segunda dose.”

e isto está de acordo com a orientação atual.

Se estiver indecisa relativamente à toma de uma vacina diferente na sua segunda dose, fale com uma parteira, obstetra ou médico de família. Pode também recorrer ao auxílio à decisão do Royal College of Obstetricians and Gynecologists (Colégio Real de Obstetras e Ginecologistas) sobre a vacinação durante a gravidez para apoiar sua escolha..

Posso tomar tanto a vacina COVID-19 como a vacina contra a gripe?

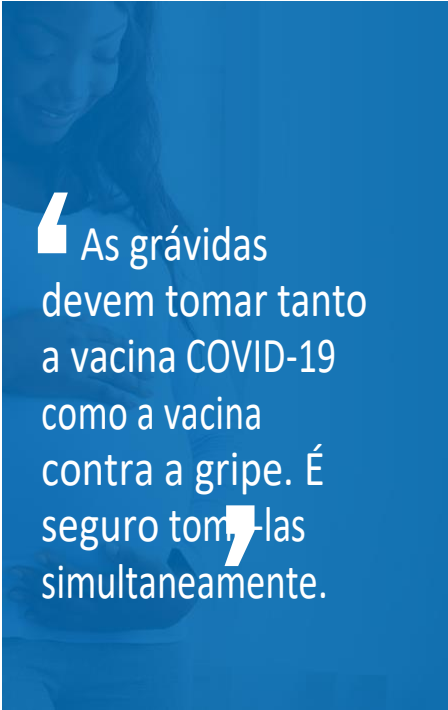
Sim, pode tomar tanto a COVID-19 como as vacinas contra a gripe. É seguro tomá-las simultaneamente.

Preciso tanto da vacina COVID-19 como da vacina contra a gripe?

Sim. É provável que mais pessoas desenvolvam gripe este Inverno, uma vez que menos pessoas terão acumulado imunidade natural à mesma durante a pandemia de COVID-19. Se apanhar gripe e COVID-19 ao mesmo tempo, a investigação mostra que é mais provável que esteja gravemente doente. A vacinação contra a gripe e a COVID-19 irá proporcionar-lhe proteção a si e às pessoas à sua volta, para estas doenças graves.

A vacina é segura para as mulheres grávidas?

Sim. Estudos demonstraram que é seguro tomar a vacina contra a gripe durante qualquer fase da gravidez.



As grávidas devem tomar tanto a vacina COVID-19 como a vacina contra a gripe. É seguro tomá-las simultaneamente.

As mulheres que tomaram a vacina da gripe durante a gravidez também passam alguma proteção aos seus bebés, que permanece nos primeiros meses das suas vidas.

É seguro para as mulheres que estão a amamentar tomarem a vacina da gripe.

Onde posso obter a vacina contra a gripe?

Entre em contacto com sua parteira ou médico de família para descobrir onde pode obter

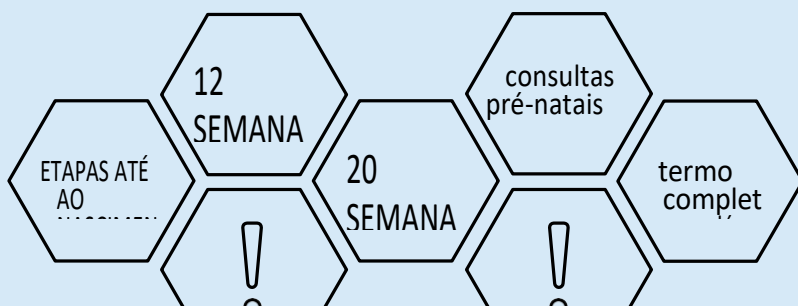
a vacina contra a gripe. Em algumas áreas, as parteiras podem administrar a vacina contra a gripe na clínica pré-natal. Noutras, precisará de uma consulta do médico de clínica geral.

Quando é a melhor altura para obter a vacina contra a gripe?

A melhor época para se vacinar contra a gripe é nos meses de setembro a março. É nesta altura que a gripe é mais prevalente. Pode tomar a vacina da gripe em qualquer altura durante a sua gravidez. Isto ser-lhe-á oferecido pelo seu CG ou pela sua parteira.

Que outras vacinas posso tomar ao mesmo tempo que a vacina contra a gripe?

Pode tomar a vacina contra a tosse convulsa ao mesmo tempo. Não adie a sua vacina contra a gripe para as tomar ao mesmo tempo.



A vacina contra a gripe é segura em qualquer fase da gravidez, incluindo se estiver a

Para reservar a sua vacina ou frequentar a sua clínica local no sudeste de Londres, visite nhsselvax.com



seja qual for o caso



 **Our Healthier
South East London**
Integrated Care System

