



Informações para pessoas que tenham contacto próximo com pessoas particularmente vulneráveis

Porque me devo vacinar?

- Recomendamos a vacina contra a COVID-19 a todas as pessoas a partir dos 12 anos de idade. Também recomendamos a vacina contra a Covid-19 a todas as crianças dos 5 a 11 anos (veja a ficha «*Vacina contra a Covid-19 para crianças dos 5 a 11 anos*»).
- A vacinação protege-o contra a COVID-19. Embora a doença seja ligeira na maioria dos casos, pode também, por vezes, ser grave. A vacina protege particularmente contra uma evolução grave da Covid-19 com internação hospitalar.
- Essa proteção da vacina contra uma evolução grave da doença pode diminuir, particularmente para pessoas idosas, dependendo da variante do vírus. Recomendamos uma vacina de reforço a partir de 4 meses após a vacinação completa a todas as pessoas a partir dos 12 anos de idade. A vacina de reforço aumenta e prolonga a proteção contra a Covid-19 (veja a ficha «*Vacina de reforço com uma vacina mRNA*»).
- Após adoecer com Covid-19, podem surgir incapacidades permanentes (como, por exemplo, dificuldades respiratórias ao efetuar tarefas exigentes ou cansaço), mesmo em jovens e pessoas saudáveis. Ao vacinar-se, estará a diminuir em grande medida o risco de doença e das suas consequências.
- A imunização contra a COVID-19 permite-lhe manter-se saudável e apto a cuidar de pessoas particularmente vulneráveis, quer na esfera profissional, quer na privada.
- Após a vacinação completa a probabilidade de infetar-se com o coronavírus e o risco de transmissão são significativamente reduzidos. Mas a vacina não proporciona uma proteção 100% e diminui ao longo do tempo. A proteção e a velocidade com que ela diminui podem divergir, dependendo da variante do vírus. A vacina e a vacina de reforço pelo menos reduzem temporariamente o risco de transmitir o coronavírus – assim você pode proteger as pessoas particularmente vulneráveis da sua família ou que coabitem consigo ou partilhem o mesmo espaço de trabalho.
- As vacinas aprovadas na Suíça são seguras e eficazes.

Para algumas pessoas, o coronavírus é particularmente perigoso. No pior dos casos, a COVID-19 pode mesmo ser fatal para estas pessoas. Por isso, se tiver contacto próximo com pessoas particularmente vulneráveis, é bom vacinar-se. Pois a vacina não tem a mesma eficácia em todas as pessoas que a tomam. Particularmente em pessoas com um sistema imunitário enfraquecido, a eficácia da vacina pode ser menor. Além disso, por razões médicas, nem

todas as pessoas particularmente vulneráveis podem ser vacinadas contra a COVID-19.

Que pessoas são particularmente vulneráveis?

- Pessoas com mais de 65 anos
- Mulheres grávidas
- Adultos com trissomia do cromossomo 21
- Adultos que sofrem de determinadas formas de doenças crónicas¹:
 - Hipertensão
 - Doenças cardiovasculares
 - Diabetes
 - Doenças pulmonares e respiratórias
 - Cancro
 - Doenças e terapias que enfraquecem o sistema imunitário
 - Obesidade (BMI ≥ 35 kg/m²)
 - Insuficiência renal
 - Cirrose hepática

Sou uma «pessoa de contacto próximo»?

Se coabitar com uma pessoa particularmente vulnerável ou cuidar de algum familiar que o seja, então é uma pessoa de contacto próximo.

Também é uma pessoa de contacto próximo se tiver contacto com pessoas particularmente vulneráveis por motivos profissionais: se for, por exemplo, prestador de cuidados ou um médico de família, ou se trabalhar num hospital, na Spitex, num lar de idosos, numa instituição para pessoas portadoras de deficiência ou como assistente pessoal.

A vacina é segura e eficaz?

Na Suíça, todas as vacinas necessitam de autorização. Para tal, têm de preencher altos requisitos de segurança, eficácia e qualidade. A Swissmedic, entidade suíça reguladora de produtos de saúde, testou cuidadosamente e aprovou a vacina contra a COVID-19. Esta é segura e eficaz. Já várias dezenas de milhares de pessoas receberam as vacinas mRNA no âmbito de estudos realizados. Estas também são seguras e eficazes em pessoas de idade avançada e com doenças crónicas. Desde a aprovação vários mil milhões de pessoas tomaram esta vacina. Os especialistas continuam a monitorizar a segurança e a eficácia da vacina. O benefício da vacina sempre deve ser bem maior do que os riscos. Só então essa vacina é recomendada na Suíça.

¹ A lista detalhada das doenças consta em: *Categories of persons at high risk (PDF, 205 kB)*

Onde posso tomar a vacina?

A Federação elaborou uma estratégia de vacinação e recomendações de vacinação. A vacinação cabe aos cantões. Informe-se no website ou na linha de informação do seu cantão www.foph-coronavirus.ch/cantons (Inglês), sobre onde é possível vacinar-se. Ou pergunte o seu médico ou o seu farmacêutico.

Também posso tomar a vacina, se estiver ou quiser ficar grávida?

Recomendamos a vacina mRNA contra a Covid-19 antes ou durante a gestação. Está planeando ficar grávida? Então, tome a vacina, o mais rápido possível. Já está grávida e não tomou a vacina antes da gestação? Então, recomendamos vacinar-se partir de 12 semanas de gestação (isso é, a partir do 2º terço da gestação). Mas, geralmente, também é possível vacinar-se mais cedo durante a gravidez.

Se estiver grávida ou estiver planeando ficar grávida e tiver perguntas sobre a vacina, consulte o seu médico ou a sua parteira.

A quem é recomendada qual vacina?

Geralmente, recomendamos a vacina mRNA a todas as pessoas com mais de 12 anos de idade. Essas vacinas proporcionam a maior proteção contra uma doença da Covid-19 e as suas consequências possíveis. Às pessoas com menos de 30 anos de idade recomenda-se de preferência a vacina da Pfizer/BioNTech. Para as crianças dos 5 aos 11 anos a [vacina da Pfizer/BioNTech](#) é aprovada e recomendada exclusivamente.

Pessoas com mais de 18 anos que por razões médicas não podem ou recusam tomar a vacina mRNA também podem tomar a vacina vector da Janssen.

Cuidado: Mulheres grávidas e lactantes e pessoas com um sistema imunitário enfraquecido devem tomar a vacina mRNA, na medida do possível.

Quem não se deve vacinar?

Não recomendamos que tomem a vacina mRNA contra a COVID-19:

- Pessoas com uma alergia grave confirmada a um componente da vacina, sobretudo o polietilenoglicol (PEG) ou trometamina (TRIS). Por favor, consulte um alergologista².
- Crianças com menos de 5 anos. Ainda não existem dados suficientes sobre a vacinação nesta faixa etária.

Onde posso encontrar mais informações?

Poderá consultar mais informações sobre a vacinação contra a COVID-19 na página de internet da BAG: www.foph-coronavirus.ch/vaccination (Inglês)
Em alternativa, pode esclarecer as suas dúvidas com o seu médico ou farmacêutico.

² Pessoas que não podem tomar vacinas mRNA por razões médicas eventualmente podem tomar a vacina vector da Janssen depois de consultar o médico.

