

	Portuguese
COVID-19 vaccination	Vacina para a COVID-19
A guide for adults	Um guia para adultos
This leaflet explains about the COVID-19 vaccine and who is eligible.	Este folheto contém pormenores sobre a vacina para a COVID-19 e quem é elegível.
COVID-19 immunisation Protect yourself	Imunização para a COVID-19 Proteja-se
Contents	Índice
What is COVID-19 or coronavirus?	O que é o COVID-19 ou coronavírus?
About the types of vaccine	Sobre os tipos de vacina
Who should have the COVID-19 vaccine?	Quem deve receber a vacina para a COVID-19?
Am I at increased risk from COVID-19 infection?	Tenho um risco mais elevado de infeção da COVID-19?
Who cannot have the vaccine?	Quem não pode receber a vacina?
Will the vaccine protect me?	A vacina vai proteger-me?
Will the vaccine have side effects?	A vacina tem efeitos secundários?
I have had my flu vaccine, do I need the COVID-19 vaccine as well?	Já recebi a vacina para a gripe, também preciso de receber a vacina para a COVID-19?
Can I catch COVID-19 from the vaccine?	Posso contrair a COVID-19 da vacina?
What do I do next?	O que devo fazer a seguir?
What should I do if I am not well when it is my next appointment?	O que devo fazer se não me estiver a sentir bem quando tiver a minha próxima consulta?
Can I give COVID-19 to anyone, after I have had the vaccine?	Posso transmitir a COVID-19 aos outros após ter recebido a vacina?
What is COVID-19 or coronavirus?	O que é o COVID-19 ou coronavírus?
COVID-19 is caused by a new coronavirus, known as SARS-CoV-2. It was first identified in late 2019. It is very infectious and can lead to severe respiratory disease.	A COVID-19 é causada pelo novo coronavírus, chamado de SARS-CoV-2. Foi identificado pela primeira vez em finais de 2019. É extremamente infeccioso e pode causar doença respiratória grave.
Many people who are infected may not have any symptoms or only have mild symptoms. These commonly start with cough, fever, headache and loss of taste or smell.	Muitas pessoas infetadas não têm sintomas ou têm somente sintomas ligeiros. Estes sintomas começam com tosse, febre, dores de cabeça e perda de sabor ou do olfato.
Some people will feel very tired, have aching muscles, sore throat, diarrhoea and vomiting, fever and confusion. A	Algumas pessoas sentem-se muito cansadas, com dores musculares, dores de garganta, diarreia e vômitos,

small number of people then go on to have severe disease which may require hospitalisation or admission to intensive care.	febre e convulsões. Um pequeno número de pessoas adoece subsequentemente de forma grave, podendo necessitar de internamento hospitalar ou em cuidados intensivos.
Overall fewer than 1 in 100 people who are infected will die from COVID-19, but in those over 75 years of age this rises to 1 in 10.	De modo geral, mais de 1 em 100 pessoas infetadas acabam por morrer com a COVID-19, mas no grupo de pessoas com mais de 75 anos, esta proporção aumenta para 1 em cada 10.
There is no cure for COVID-19 although some newly tested treatments do help to reduce the risk of complications.	Não há cura para a COVID-19, embora alguns novos tratamentos testados recentemente ajudem a reduzir o risco de complicações.
About the types of vaccine	Sobre os tipos de vacina
In Northern Ireland, there are three types of COVID-19 vaccine currently approved. Other types of vaccine are expected to be approved during 2021.	Há três tipos de vacina para a COVID-19 atualmente aprovadas na Irlanda do Norte. Prevê-se que outros tipos de vacinas venham a ser aprovados em 2021.
Who should have the COVID-19 vaccine?	Quem deve receber a vacina para a COVID-19?
The Joint Committee on Vaccination and Immunisation (JCVI), an independent expert group, has recommended that these vaccines are offered first to those at highest risk of catching the infection and of suffering serious complications if they catch the infection. This includes older adults, frontline health and social care workers, care home residents and staff, and those with certain health conditions. When more vaccine becomes available, the vaccines will be offered to other people at risk as soon as possible.	O <i>Joint Committee on Vaccination and Immunisation</i> (Comité Conjunto sobre Vacinação e Imunização - JCVI), um grupo de peritos independente, recomendou que estas vacinas sejam disponibilizadas primeiro às pessoas com um risco mais elevado de contrair a infeção e de sofrer complicações graves em resultado disso. Isto inclui adultos de idade mais avançada, trabalhadores de saúde e cuidados sociais de primeira linha, residentes e funcionários de lares, bem como pessoas com certos problemas de saúde. Quando houver mais vacinas disponíveis, estas serão disponibilizadas a outras pessoas em risco assim que possível.
Am I at increased risk from COVID-19 infection?	Tenho um risco mais elevado de infeção da COVID-19?
Coronavirus can affect anyone. If you	O coronavírus pode afetar todas as

are an older adult and have a long-term health condition, COVID-19 can be very serious and in some cases fatal.	peessoas. Se for um adulto de idade mais avançada e tiver um problema de saúde a longo prazo, a COVID-19 pode ser muito grave e, em certos casos, fatal.
You should have the COVID-19 vaccine if you are:	Deverá receber a vacina para a COVID-19, se for:
<ul style="list-style-type: none"> • an adult living or working in a care home for the elderly 	<ul style="list-style-type: none"> • uma pessoa adulta a viver ou trabalhar num lar de idosos.
<ul style="list-style-type: none"> • a frontline health and social care worker 	<ul style="list-style-type: none"> • um profissional de saúde e de cuidados sociais de primeira linha.
<ul style="list-style-type: none"> • clinically extremely vulnerable (shielding) 	<ul style="list-style-type: none"> • extremamente vulnerável em termos clínicos (resguardo - <i>shielding</i>).
<ul style="list-style-type: none"> • a carer working in domiciliary care looking after older adults 	<ul style="list-style-type: none"> • um(a) cuidador(a) a prestar cuidados ao domicílio a cuidar de idosos.
<ul style="list-style-type: none"> • aged 65 years and over 	<ul style="list-style-type: none"> • uma pessoa com idade igual ou superior a 65 anos.
<ul style="list-style-type: none"> • a younger adult with a long-term clinical condition (see next page) 	<ul style="list-style-type: none"> • um(a) jovem adulto(a) com problemas clínicos a longo prazo (ver a página seguinte).
The vaccine will also be offered to adults with conditions such as:	A vacina também será disponibilizada a adultos com certos problemas, tais como:
<ul style="list-style-type: none"> • a blood cancer (such as leukaemia, lymphoma or myeloma) 	<ul style="list-style-type: none"> • cancro do sangue (p. ex. leucemia, linfoma ou mieloma)
<ul style="list-style-type: none"> • diabetes 	<ul style="list-style-type: none"> • diabetes
<ul style="list-style-type: none"> • dementia 	<ul style="list-style-type: none"> • demência
<ul style="list-style-type: none"> • a heart problem 	<ul style="list-style-type: none"> • problemas cardíacos
<ul style="list-style-type: none"> • a chest complaint or breathing difficulties, including bronchitis, emphysema or severe asthma 	<ul style="list-style-type: none"> • problemas nas vias respiratórias ou dificuldade em respirar, incluindo bronquite, enfisema ou asma grave
<ul style="list-style-type: none"> • a kidney disease 	<ul style="list-style-type: none"> • doença renal
<ul style="list-style-type: none"> • a liver disease 	<ul style="list-style-type: none"> • doença hepática
<ul style="list-style-type: none"> • lowered immunity due to disease or treatment (such as HIV infection, steroid medication, chemotherapy or radiotherapy) 	<ul style="list-style-type: none"> • um nível de imunidade mais baixo devido a doença ou tratamento (p. ex. devido a infeção de VIH, medicamentos de esteroides, quimioterapia ou radioterapia)
<ul style="list-style-type: none"> • rheumatoid arthritis, lupus or psoriasis 	<ul style="list-style-type: none"> • artrite reumatoide, lúpus ou psoríase
<ul style="list-style-type: none"> • having had an organ transplant 	<ul style="list-style-type: none"> • transplante de órgãos
<ul style="list-style-type: none"> • having had a stroke or a transient ischaemic attack (TIA) 	<ul style="list-style-type: none"> • AVC ou um acidente isquémico transitório (AIT)
<ul style="list-style-type: none"> • a neurological or muscle wasting condition 	<ul style="list-style-type: none"> • uma doença que cause perda neurológica ou muscular
<ul style="list-style-type: none"> • a severe or profound learning disability 	<ul style="list-style-type: none"> • uma deficiência de aprendizagem grave ou profunda

<ul style="list-style-type: none"> • a problem with your spleen, eg sickle cell disease, or having had your spleen removed 	<ul style="list-style-type: none"> • um problema com o baço, p. ex. anemia falciforme ou se lhe tiver sido removido o baço
<ul style="list-style-type: none"> • being seriously overweight (BMI of 40 and above) 	<ul style="list-style-type: none"> • ser excessivamente obeso(a) (IMC igual ou superior a 40)
<ul style="list-style-type: none"> • severe mental illness. 	<ul style="list-style-type: none"> • doença mental grave
<p>All people who are in the clinically extremely vulnerable (shielding) group will be eligible for a COVID-19 vaccine. Whether you are offered the vaccine may depend on the severity of your condition. Your GP can advise on whether you are eligible.</p>	<p>Todas as pessoas que fazem parte do grupo de pessoas vulneráveis em termos clínicos (resguardo - <i>shielding</i>) serão elegíveis para a vacina para a COVID-19. O facto de a vacina lhe ser ou não disponibilizada dependerá da gravidade do seu problema de saúde. O seu médico de família (GP) poderá dizer-lhe se é elegível.</p>
Who cannot have the vaccine?	Quem não pode receber a vacina?
<p>The vaccines do not contain living organisms, and so are safe for people with disorders of the immune system. These people may not respond so well to the vaccine. A very small number of people who are at risk of COVID-19 cannot have the vaccine – this includes people who have severe allergies to a component in the vaccine. Women of childbearing age, those who are pregnant, planning a pregnancy or breastfeeding should read the detailed information on www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine</p>	<p>As vacinas não contêm organismos vivos e, por conseguinte, são seguras para pessoas com doenças do sistema imunitário. Estas pessoas poderão não reagir bem à vacina. Um pequeno número de pessoas que fazer parte do grupo de risco da COVID-19 não pode receber a vacina – isto inclui pessoas com alergias graves a um componente da vacina. As mulheres em idade fértil, grávidas, mulheres a planear engravidar ou a amamentar devem ler as informações pormenorizadas em www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine.</p>
Will the vaccine protect me?	A vacina vai proteger-me?
<p>The COVID-19 vaccination will reduce the chance of you suffering from COVID-19 disease. It may take a few weeks for your body to build up protection from the vaccine.</p>	<p>A vacina para a COVID-19 vai reduzir a probabilidade de adoecer com a COVID-19. Poderá levar algumas semanas até que o seu corpo crie proteção em resultado da vacina.</p>
<p>The vaccine has been shown to be effective and no safety concerns were seen in studies of more than 20,000 people.</p>	<p>A vacina tem-se revelado eficaz e não houve nenhuma preocupação de segurança em estudos realizados com mais de 20.000 pessoas.</p>
<p>Like all medicines, no vaccine is completely effective – some people may still get COVID-19 despite having a vaccination, but this should be less severe.</p>	<p>Como acontece com todos os medicamentos, nenhuma vacina é totalmente eficaz – algumas pessoas poderão continuar a apanhar a COVID-19 apesar de terem recebido a vacina,</p>

	mas a doença deverá ser menos grave.
Will the vaccine have side effects?	A vacina tem efeitos secundários?
Like all medicines, vaccines can cause side effects. Most of these are mild and short-term, and not everyone gets them. Even if you do have symptoms after the first dose, you still need to have the second dose. Although you should get good protection from the first dose, having the second dose will give you the best protection against the virus.	Como com todos os medicamentos, as vacinas podem ter efeitos secundários. A maior parte destes efeitos secundários são ligeiros e de curta duração e não afetam todas as pessoas. Mesmo que apresente sintomas após a primeira dose, continua a ter de receber a segunda dose. Embora a primeira dose lhe possa dar alguma proteção, a segunda dose irá dar-lhe a melhor proteção contra o vírus.
Very common side effects include:	Os efeitos secundários muito comuns incluem:
<ul style="list-style-type: none"> • having a painful, heavy feeling and tenderness in the arm where you had your injection. This tends to be worst around 1-2 days after the vaccine 	<ul style="list-style-type: none"> • dor, sensação de peso e sensibilidade no braço onde recebeu a injeção. Isto tem a tendência a ser pior cerca de 1-2 dias após a vacina.
<ul style="list-style-type: none"> • feeling tired 	<ul style="list-style-type: none"> • sensação de cansaço.
<ul style="list-style-type: none"> • headache 	<ul style="list-style-type: none"> • dores de cabeça.
<ul style="list-style-type: none"> • general aches, or mild flu like symptoms 	<ul style="list-style-type: none"> • dores generalizadas ou sintomas ligeiros semelhantes à gripe.
Although feeling feverish is not uncommon for two to three days, a high temperature is unusual and may indicate you have COVID-19 or another infection. You can rest and take the normal dose of paracetamol (follow the advice in the packaging) to help you feel better.	Embora não seja invulgar sentir-se febril durante dois ou três dias, não é normal ter uma febre alta, o que poderá ser indicação de que tem COVID-19 ou outra infeção. Pode descansar e tomar a dose normal de paracetamol (segundo as instruções na embalagem) para
Symptoms following vaccination normally last less than a week. If your symptoms seem to get worse or if you are concerned, call NHS 111.	Os sintomas após a vacina normalmente duram menos de uma semana. Se lhe parecer que os seus sintomas estão a piorar ou se estiver preocupado(a), telefone para o NHS no número 111.
If you do seek advice from a doctor or nurse, make sure you tell them about your vaccination (show them the vaccination record card if possible) so that they can assess you properly.	Se consultar um(a) médico(a) ou enfermeiro(a), certifique-se de que lhe diz que recebeu a vacina (mostre-lhe o cartão da vacina, se possível) para o(a) poderem avaliar corretamente.
You can also report suspected side effects to vaccines and medicines through the Yellow Card scheme. See page 11.	Também pode declarar suspeitas de efeitos secundários de vacinas e medicamentos através do esquema <i>Yellow Card Scheme</i> . Ver a página 11.

If you are currently in the clinically extremely vulnerable group, please continue to follow the government guidance.	Se fizer atualmente parte do grupo extremamente vulnerável em termos clínicos, continue a seguir as orientações do governo.
I have had my flu vaccine, do I need the COVID-19 vaccine as well?	Já recebi a vacina para a gripe, também necessito da vacina para a COVID-19?
The flu vaccine does not protect you from COVID-19. As you are eligible for both vaccines you should have them both, but normally separated by at least a week.	A vacina da gripe não o(a) protege da COVID-19. Se for elegível para receber ambas as vacinas, deverá receber ambas mas, normalmente, com pelo menos uma semana de intervalo uma da outra.
Can I catch COVID-19 from the vaccine?	Posso contrair a COVID-19 da vacina?
You cannot catch COVID-19 from the vaccine but it is possible to have caught COVID-19 and not realise you have the symptoms until after your vaccination appointment.	Não é possível contrair a COVID-19 a partir da vacina, mas é possível ter contraído a COVID-19 e não se aperceber de que tem sintomas até depois da sua consulta para a vacina.
The most important symptoms of COVID-19 are recent onset of any of the following:	Os sintomas mais importantes da COVID-19 são o aparecimento recente de qualquer um dos seguintes:
<ul style="list-style-type: none"> • a new continuous cough 	<ul style="list-style-type: none"> • uma tosse nova e contínua
<ul style="list-style-type: none"> • a high temperature 	<ul style="list-style-type: none"> • febre alta
<ul style="list-style-type: none"> • a loss of, or change in your normal sense of taste or smell 	<ul style="list-style-type: none"> • a perda ou alteração do sentido normal do olfato ou paladar.
If you have the symptoms above, stay at home and arrange to have a test.	Se tiver qualquer um dos sintomas acima, fique em casa e marque um teste,
If you need more information on symptoms visit www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice	Se necessitar de mais informação sobre os sintomas, consulte www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice
What do I do next?	O que devo fazer a seguir?
After you have had the first dose you need to plan to attend your second appointment. You should have a record card with your next appointment written on it for a date between 3 and 12 weeks after the first.	Após a primeira dose, deverá fazer uma marcação para a segunda consulta. Deverá ter um cartão com a data da sua próxima consulta, que deverá ser entre 3 e 12 semanas após a primeira.
Although the first dose will give you	Embora a primeira dose lhe dê um bom

good protection, you need the second dose to get longer lasting protection	nível de proteção, necessita da segunda dose para ter proteção a mais longo prazo.
Keep your card safe and make sure you keep your next appointment to get your second dose	Mantenha o cartão em segurança e certifique-se de que comparece à consulta para receber a segunda dose.
What should I do if I am not well when it is my next appointment?	O que devo fazer se não me estiver a sentir bem quando tiver a minha próxima consulta?
If you are unwell, it is better to wait until you have recovered to have your vaccine, but you should try to have it as soon as possible. You should not attend a vaccine appointment if you are self-isolating, waiting for a COVID-19 test or unsure if you are fit and well.	Se se sentir doente, é melhor aguardar até que tenha recuperado antes de receber a vacina, mas deverá tentar recebê-la assim que possível. Não deverá comparecer à consulta para a vacina se estiver em isolamento individual, a aguardar por um teste para a COVID-19 ou se não tiver a certeza se está bem.
Can I give COVID-19 to anyone, after I have had the vaccine?	Posso transmitir a COVID-19 a terceiros após receber a vacina?
The vaccine cannot give you COVID-19 infection, and two doses will reduce your chance of becoming seriously ill. We do not yet know whether it will stop you from catching and passing on the virus. So, it is important to follow the guidance in your local area to protect those around you.	Não é possível apanhar a COVID-19 da vacina e duas doses irão reduzir a probabilidade de adoecer gravemente. Ainda não sabemos se o(a) impedirá de contrair ou transmitir o vírus. Por conseguinte, é importante seguir as recomendações na sua área local para proteger as pessoas à sua volta.
To protect yourself and your family, friends and colleagues you still need to:	Para se proteger a si e à sua família, amigos e colegas, continuará a ter de:
<ul style="list-style-type: none"> practise social distancing 	<ul style="list-style-type: none"> cumprir o distanciamento social
<ul style="list-style-type: none"> wear a face covering 	<ul style="list-style-type: none"> usar coberturas faciais
<ul style="list-style-type: none"> wash your hands carefully and frequently 	<ul style="list-style-type: none"> lavar as mão cuidadosa e frequentemente
<ul style="list-style-type: none"> follow the current guidance www.nidirect.gov.uk/coronavirus 	<ul style="list-style-type: none"> seguir as orientações atuais em www.nidirect.gov.uk/coronavirus
Please read the product information leaflet for more details on your vaccine, including possible side effects, by searching Coronavirus Yellow Card. You can also report suspected side effects on the same website or by downloading the Yellow Card app. coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk	Deve ler o folheto sobre a informação do produto para mais pormenores sobre a sua vacina, incluindo os possíveis efeitos secundários, ao fazer uma pesquisa por <i>Coronavirus Yellow Card</i> . Também pode declarar possíveis efeitos secundários no mesmo website ou ao descarregar a aplicação <i>Yellow</i>

	<i>Card.</i> coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk
Remember	Lembre-se:
COVID-19 is spread through droplets breathed out from the nose or mouth, particularly when speaking or coughing. It can also be picked up by touching your eyes, nose and mouth after contact with contaminated objects and surfaces.	A COVID-19 é transmitida através de gotículas exaladas do nariz e da boca, especialmente ao falar ou tossir. Também pode ser transmitido ao tocar nos olhos, nariz e boca após ter contacto com objetos e superfícies contaminadas.
Vaccination, helping to protect those most vulnerable.	A vacina ajuda a proteger as pessoas mais vulneráveis.
If you need more information on the COVID-19 vaccination please visit: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	Se necessitar de mais informação sobre a vacina da COVID-19, consulte: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine