

	Portuguese
COVID-19 vaccination	Vacina para a COVID-19
What to expect	O que esperar
Information for people who have just had their COVID-19 vaccination	Informação para as pessoas que tenham acabado de receber a vacina contra a COVID-19
Find out more at www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	Consulte mais informação em www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine
Contents	Índice
What are the side effects?	Quais são os efeitos secundários?
Can I catch COVID-19 from the vaccines?	Posso contrair a COVID-19 a partir da vacina?
When can I go back to daily activities?	Quando poderei retomar as minhas atividades do dia-a-dia?
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 sentir bem na altura da minha próxima marcação?
Will the vaccine protect me?	A vacina vai proteger-me?
What can I do after I have had the vaccine?	O que posso fazer após receber a vacina?
Please read the product information leaflet for more details on your vaccine, including possible side effects, by searching Coronavirus Yellow Card.	Leia a brochura de informação sobre o produto para mais pormenores sobre a sua vacina, incluindo possíveis efeitos secundários, ao fazer uma pesquisa por <i>Coronavirus Yellow Card</i>.
You can also report suspected side effects on the same website or by downloading the Yellow Card app.	Também pode transmitir informações sobre suspeitas de efeitos secundários no mesmo website ou ao descarregar a aplicação <i>Yellow Card</i>.
coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk	coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk
People who are most at risk from the complications of COVID-19 are being offered the COVID-19 vaccination.	Estamos a vacinar prioritariamente as pessoas com um nível de risco mais elevado de complicações da COVID-19.
This leaflet tells you what to expect after you have had your vaccination. If you need a second dose of vaccine, make sure you know the date of your next appointment.	Esta brochura contém informação sobre o que esperar após ter recebido a vacina. Se necessitar de uma segunda dose da vacina, certifique-se de que sabe a data da sua próxima consulta.
Following detailed review of large studies of safety and effectiveness, the Medicines and Healthcare products Regulatory Agency (MHRA) has now approved several different types of COVID-19 vaccines for use in the UK.	Após uma análise pormenorizada de estudos de grande escala sobre a segurança e eficácia, a <i>Medicines and Healthcare products Regulatory Agency</i> (Agência Reguladora de Produtos de Saúde e Medicamentos, “MHRA” na sigla em inglês) aprovou recentemente vários tipos diferentes de vacinas contra a COVID-19 para uso no Reino Unido.
An independent group of experts has recommended that these vaccines are offered to those at risk of catching the infection and suffering serious complications.	Um grupo independente de peritos recomendou que estas vacinas fossem disponibilizadas às pessoas com o nível de risco mais elevado de sofrer complicações graves se contraíssem a infeção.
Now that more vaccine has become available, we are offering protection to all adults in order of risk.	Agora que a vacina já se encontra disponível, estamos a disponibilizar proteção a todos os adultos por ordem do nível de risco.
What are the side effects?	Quais são os 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	Como acontece com todos os medicamentos, as vacinas podem causar efeitos secundários. A maior parte destes efeitos são ligeiros e passam rapidamente e não afetam todas as pessoas. Mesmo

dose. Although you may get some protection from the first dose, having the full recommended course will give you the best protection against the virus.	que tenha sintomas após a primeira dose, continua a ter de receber a segunda dose. Embora a primeira dose lhe proporcione um certo nível de proteção, deve tomar todas as doses recomendadas para ter um nível de proteção ideal contra o vírus.
Very common side effects in the first day or two include:	Os efeitos secundários muito comuns nos primeiros dois dias incluem:
<ul style="list-style-type: none"> • having a painful, heavy feeling and tenderness in the arm where you had your injection 	<ul style="list-style-type: none"> • o braço onde recebeu a injeção dorido, com sensação de peso e sensibilidade.
<ul style="list-style-type: none"> • feeling tired 	<ul style="list-style-type: none"> • sensação de cansaço.
<ul style="list-style-type: none"> • headache, aches and chills 	<ul style="list-style-type: none"> • dores de cabeça, dores e arrepios.
You may also have flu like symptoms with episodes of shivering and shaking for a day or two. However, a high temperature* could also indicate that you have COVID-19 or another infection (see advice on page 6). You can rest and take the normal dose of paracetamol (follow the advice in the packaging) to help make you feel better.	Também poderá ter sintomas de gripe com episódios de arrepios ou de tremores durante um ou dois dias. Contudo, febre elevada* poderá ser indicação que tem COVID-19 ou outra infeção (ver as recomendações na página 6). Pode descansar e tomar uma dose normal de paracetamol (siga as instruções na embalagem) para se sentir melhor.
<i>*If you are on chemotherapy and have a high temperature, contact your local cancer care unit.</i>	<i>*Se estiver a fazer quimioterapia ou se tiver uma febre alta, contacte a sua unidade local de cuidados para o cancro.</i>
An uncommon side effect is swollen glands in the armpit or neck on the same side as the arm where you had the vaccine. This can last for around 10 days, but if it lasts longer see your doctor. If you are due for a mammogram in the few weeks after the vaccine, then you should mention that when you attend.	As glândulas inchadas na axila ou no pescoço no mesmo lado onde recebeu a vacina são um efeito secundário pouco comum. Isto pode persistir durante cerca de 10 dias mas, se não passar após este período, contacte o seu médico. Se tiver uma mamografia agendada para as semanas seguintes à data em que recebeu a vacina, deverá mencionar a vacina quando for à consulta.
What should I do if I am concerned about my symptoms?	O que devo fazer se estiver preocupado(a) com os meus sintomas?
These symptoms normally last less than a week. If your symptoms seem to get worse or if you are concerned, call NHS 111. If you do seek advice from a doctor or nurse, make sure you tell them about your vaccination (show them the vaccination card) so that they can assess you properly. You can also report suspected side effects of vaccines and medicines through the Yellow Card scheme. You can do this online by searching Coronavirus Yellow Card or by downloading the Yellow Card app (please see page 2).	Estes sintomas duram normalmente menos de uma semana. Se lhe parecer que os seus sintomas estão a piorar ou se estiver preocupado(a), telefone para o NHS 111. Se contactar um profissional médico ou de enfermagem, certifique-se de que lhe diz que recebeu a vacina (mostre-lhe o cartão da vacina, se possível) para poder ser adequadamente avaliado(a). Também pode transmitir informações sobre suspeitas de efeitos secundários das vacinas ou medicamentos através do esquema <i>Yellow Card</i> . Pode fazê-lo online ao fazer uma pesquisa por <i>Coronavirus Yellow Card</i> ou ao descarregar a aplicação <i>Yellow Card</i> (ver a página 2).
Recently there have been reports of an extremely rare condition involving blood clots and unusual bleeding after vaccination with AstraZeneca (AZ). This is being carefully reviewed but the risk factors for this condition are not yet clear. Because of the high risk of complications and death from COVID-19, the MHRA, the World Health Organization and the European	Houve recentemente notícias de uma condição extremamente rara que envolve coágulos sanguíneos e sangramento invulgar após a vacina da AstraZeneca (AZ). Isto está a ser cuidadosamente avaliado, mas os fatores de risco desta condição ainda não são claros. Devido ao risco muito elevado de complicações e morte em resultado da COVID-19, a MHRA, a

Medicines Agency have concluded that the balance is very much in favour of vaccination.	Organização Mundial da Saúde e a Agência Europeia de Medicamentos concluíram que o balanço é muito a favor da vacina.
If you experience any of the following from more than 4 days and within 28 days after vaccination you should seek medical advice urgently from your GP or Emergency Department.	Se tiver algum dos seguintes sintomas após 4 dias e dentro de 28 dias de receber a vacina, deve consultar urgentemente o seu médico de família (GP) ou departamento de urgências hospitalares.
<ul style="list-style-type: none"> a new, severe headache which is not helped by usual painkillers or is getting worse 	<ul style="list-style-type: none"> uma nova dor de cabeça intensa que não melhore com analgésicos ou que esteja a piorar.
<ul style="list-style-type: none"> an unusual headache which seems worse when lying down or bending over or may be accompanied by 	<ul style="list-style-type: none"> uma dor de cabeça invulgar que pareça tornar-se mais intensa quando se deitar ou dobrar, ou que possa ser acompanhada de:
– blurred vision, nausea and vomiting	– visão turva, náusea e vômitos.
– difficulty with your speech,	– dificuldade com a fala.
– weakness, drowsiness or seizures	– fraqueza, tonturas ou convulsões.
<ul style="list-style-type: none"> new, unexplained pinprick bruising or bleeding 	<ul style="list-style-type: none"> hematomas novos com pontinhos negros ou sangramento sem explicação.
<ul style="list-style-type: none"> shortness of breath, chest pain, leg swelling 	<ul style="list-style-type: none"> falta de ar, dores no peito, pernas inchadas.
<ul style="list-style-type: none"> persistent abdominal pain 	<ul style="list-style-type: none"> dor abdominal persistente.
Are the side effects different for each dose?	Os efeitos secundários são diferentes para cada dose?
Not all COVID-19 vaccines are the same – some tend to cause more side effects at the first dose, others cause more side effects at dose two. The very common side effects are the same and should still only last a day or two.	Nem todas as vacinas para a COVID-19 são iguais – algumas têm a tendência a causar mais efeitos secundários após a primeira dose, outras causam mais efeitos secundários após a segunda dose. Os efeitos secundários muito comuns são os mesmos e devem passar depois de um ou dois dias.
Can I catch COVID-19 from the vaccines?	Posso contrair a COVID-19 a partir 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 já ter contraído a COVID-19 e não se aperceber de que tem sintomas até depois da consulta da vacina.
The most important symptoms of COVID-19 are recent onset of any of the following:	Os sintomas mais importantes de 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 (anosmia). 	<ul style="list-style-type: none"> perda, ou alteração, no sentido normal do paladar ou olfato (anosmia).
Although a fever can occur within a day or two of vaccination, if you have any other COVID-19 symptoms or your fever lasts longer, stay at home and arrange to have a test.	Embora possa ter febre um ou dois dias após ter recebido a vacina, se tiver qualquer outro sintoma de COVID-19 ou se os seus sintomas persistirem durante mais tempo, fique em casa e marque um teste.
When can I go back to daily activities?	Quando poderei retomar as minhas atividades do dia-a-dia?
You should be able to resume activities that are normal for you as long as you feel well. If your arm is particularly sore, you may find heavy lifting difficult. If you feel unwell or very tired you should rest and avoid operating machinery or driving.	Deverá poder retomar as suas atividades normais desde que se sinta bem. Se o braço estiver muito dorido, poderá ter dificuldade a levantar objetos. Se se sentir doente ou muito cansado(a), deve descansar e evitar operar máquinas ou conduzir.

What do I do next?	O que devo fazer a seguir?
If this is your first dose, you should have a record card with your next appointment in between 3 and 12 weeks time. It is important to have both doses of the same vaccine to give you the best protection.	Se esta for a sua primeira dose, deverá ter o cartão de registo com os dados da sua próxima consulta agendada para dentro de 3 a 12 semanas. É importante receber as duas doses da mesma vacina para ter a proteção ideal.
Make sure you keep this record card with you	Certifique-se de que guarda este cartão de registo consigo.
Don't forget your COVID-19 vaccination Protect yourself. For more information on the COVID-19 vaccination or what to do after your vaccination, see www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	Não se esqueça da sua vacina contra a COVID-19. Proteja-se a si próprio(a). Para mais informação sobre a vacina contra a COVID-19 ou o que fazer após a vacina, consulte www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine
Keep your card safe. If this is your first dose, don't forget to keep your next appointment.	Guarde o seu cartão num local seguro. Se esta for a sua primeira dose, não se esqueça da próxima consulta.
What should I do if I am not well before my next appointment?	O que devo fazer se não me sentir bem antes da minha próxima marcação?
If you are unwell, it is better to wait until you have recovered to have your vaccine. You should not attend a vaccine appointment if you are self-isolating, waiting for a COVID-19 test or within 4 weeks of having a first confirmed positive COVID-19 test result.	Se se sentir doente, é melhor aguardar até ter recuperado para receber a vacina. Não deve ir à marcação para a vacina se estiver em isolamento, a aguardar por um teste de COVID-19 ou se tiverem passado menos de 4 semanas após ter tido um primeiro resultado positivo no teste de COVID-19.
Will the vaccine protect me?	A vacina vai proteger-me?
The COVID-19 vaccine that you have had has been shown to reduce the chance of you suffering from COVID-19 disease. Each vaccine has been tested in more than 20,000 people and each has also been used in many different countries.	Já foi demonstrado que a vacina contra a COVID-19 que acabou de receber reduz a probabilidade de adoecer com COVID-19. Cada vacina foi testada em mais de 20.000 pessoas e foram todas utilizadas em muitos países diferentes.
It may take a few weeks for your body to build up some protection from the vaccine. Like all medicines, no vaccine is completely effective, so you should continue to take recommended precautions to avoid infection. Some people may still get COVID-19 despite having a vaccination, but this should be less severe.	Poderá levar algumas semanas até que o seu corpo ganhe proteção em resultado da vacina. Como acontece com todos os medicamentos, não há nenhuma vacina que seja totalmente eficaz, por isso deve continuar a tomar as precauções recomendadas para evitar infeção. Algumas pessoas continuam a poder adoecer com a COVID-19 apesar de receberem a vacina, mas a doença deverá ser menos grave.
What can I do after I have had the vaccine?	O que posso fazer após receber a vacina?
The vaccine cannot give you COVID-19 infection, and a full course will reduce your chance of becoming seriously ill. We don't know how much it will reduce the risk of you passing on the virus. So it is important to continue to follow current guidance.	Não é possível ser infetado(a) com a COVID-19 através da vacina, e ao tomar as doses todas reduzirá a probabilidade de adoecer gravemente. Ainda não sabemos em quanto reduzem a probabilidade transmissão do vírus. Por conseguinte, é importante continuar a seguir as orientações atuais.
To protect yourself and your family, friends and colleagues you MUST still:	Para se proteger a si e à sua família, amigos e colegas, continua 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"> • utilizar uma cobertura facial.
<ul style="list-style-type: none"> • wash your hands carefully and frequently 	<ul style="list-style-type: none"> • lavar as mãos com frequência.
<ul style="list-style-type: none"> • open windows to let in fresh air 	<ul style="list-style-type: none"> • abrir as janelas para deixar entrar ar fresco.
<ul style="list-style-type: none"> • follow the current guidance at 	<ul style="list-style-type: none"> • seguir as orientações atuais em

www.nidirect.gov.uk/coronavirus	www.nidirect.gov.uk/coronavirus.
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. O contágio também pode ser feito ao tocar nos olhos, nariz e boca após o contacto com objetos e superfícies.
Vaccination, helping to protect those most vulnerable.	Vacinação, para ajudar a proteger os mais vulneráveis.
If you need more information on the COVID-19 vaccination please visit: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	Para mais informações sobre a vacina para a COVID-19, consulte: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine
Information correct at time of publication. For the latest version of this leaflet and alternative formats visit the PHA website www.publichealth.hscni.net	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
© Crown copyright 2021	© Copyright da Coroa 2021
This information was originally developed by Public Health England and is used under the Open Government Licence v3.0	Esta informação foi originalmente desenvolvida pela <i>Public Health England</i> e é utilizada ao abrigo da <i>Open Government Licence</i> (Licença Aberta do Governo) v3.0
Public Health Agency	<i>Public Health Agency</i>
Tel: 0300 555 0114 (local rate)	Tel: 0300 555 0114 (tarifa local)
Find us on:	Encontre-nos no: