|  |  |
| --- | --- |
| Translation | English |
| Vacina da COVID-19 | COVID-19 vaccine |
| **Um guia para o reforço de outono da COVID-19** | **A guide to the COVID-19 autumn booster** |
| Todas as pessoas com 50 anos ou mais, residentes em lares de idosos, pessoas com 5 anos ou mais num grupo de risco clínico e o pessoal de saúde e assistência social de linha de frente irão ser-lhes oferecido um reforço da vacina contra o coronavírus (COVID-19) neste outono. | People aged 50 years and older, residents in care homes for older people, those aged 5 years and over in a clinical risk group and frontline health and social care staff will be offered a booster of coronavirus (COVID-19) vaccine this autumn. |
| **A quem está a ser oferecido um reforço de outono?**A COVID-19 é mais grave nas pessoas mais idosas e nas pessoas com determinadas condições de saúde subjacentes. Este inverno espera-se que muitas infeções respiratórias, incluindo a COVID-19 e a gripe, possam estar a circular a níveis elevados; isto pode colocar uma pressão crescente nos hospitais e outros serviços de saúde. Por estas razões, às pessoas com 50 anos ou mais, às que vivem em lares de idosos, e às que têm 5 anos ou mais em grupos de risco clínico, está a ser oferecido um reforço da vacina contra a COVID-19 neste outono. Será também oferecido um reforço ao pessoal da linha da frente dos serviços de saúde e de assistência social, àqueles que cuidam de indivíduos vulneráveis e famílias de indivíduos com sistemas imunitários debilitados. | **Who is being offered an autumn booster?** COVID-19 is more serious in older people and in people with certain underlying health conditions. This winter it is expected that many respiratory infections, including COVID-19 and flu may be circulating at high levels – this may put increasing pressure on hospitals and other health care services. For these reasons, people aged 50 years and over, those in care homes, and those aged 5 years and over in clinical risk groups are being offered an autumn booster of COVID-19 vaccine. A booster will also be offered to front-line health and social care staff, those who care for vulnerable individuals and families of individuals with weakened immune systems. |
| O reforço de outono está a ser oferecido às pessoas com alto risco de complicações da infeção pela COVID-19, que podem não ter sido reforçados durante alguns meses. Como é provável que o número de infeções pela COVID-19 aumente durante o inverno, este reforço deverá ajudar a reduzir o risco de ser internado no hospital com a COVID-19. | The autumn booster is being offered to those at high risk of the complications of COVID-19 infection, who may have not been boosted for a few months. As the number of COVID-19 infections is likely to increase over the winter, this booster should help to reduce your risk of being admitted to hospital with COVID-19. |
| O reforço pode também fornecer alguma proteção contra infeções mais leves de Omicron, mas tal proteção não dura muito tempo. | The booster may also provide some protection against milder Omicron infection but such protection does not last for long. |
| **Calendário do reforço de outono** A vacinação estará disponível entre setembro e dezembro, e os de maior risco serão vacinados primeiro. Deverá receber o seu reforço de outono pelo menos 3 meses após a sua última dose de vacina. Se for elegível para uma vacina contra a gripe, poderá recebê-la ao mesmo tempo; se não o fizer de qualquer forma, poderá receber a outra vacina mais tarde. | **Timing of the autumn booster** Vaccination will be available between September and December, and those at highest risk will be vaccinated first. You should have your autumn booster at least 3 months after your last dose of vaccine.  If you are eligible for a flu vaccine, you may be able to have them at the same time – if not please go ahead anyway, you can catch up with the other vaccine later. |
| **Que vacina lhe será oferecida?**  Ser-lhe-á dada uma dose de reforço de uma vacina feita pela Pfizer ou Moderna. Poder-lhe-á ser oferecida uma versão combinada atualizada destas vacinas de reforço; as vacinas combinadas incluem:   * uma meia dose da vacina original combinada com; * uma meia dose de uma vacina contra a variante Omicron.   Tanto a vacina original como a combinada aumentam muito bem a proteção, embora as vacinas combinadas produzam níveis ligeiramente mais elevados de anticorpos contra algumas estirpes de Omicron. | **Which vaccine will you be offered?**  You will be given a booster dose of a vaccine made by Pfizer or Moderna. You may be offered an updated combination version of these booster vaccines – the combination vaccines include:   * a half-dose of the original vaccine combined with: * a half-dose of a vaccine against the Omicron variant.   Both the original and the combination vaccines boost protection very well, although the combination vaccines produce slightly higher levels of antibody against some strains of Omicron. |
| Como não podemos prever quais as variantes do vírus da COVID-19 que circularão este inverno, o Comité Misto de Vacinação e Imunização (JCVI) concluiu que ambos os tipos de vacinas podem ser utilizados em adultos, e que ninguém deve atrasar a vacinação para receber vacinas combinadas. Assim, ser-lhe-á oferecida a vacina certa para si no momento certo. | As we cannot predict which variants of the virus of COVID-19 will be circulating this winter, the Joint Committee on Vaccination and Immunisation (JCVI) have concluded that both types of vaccine can be used in adults, and that no one should delay vaccination to receive combination vaccines. So you will be offered the right vaccine for you at the right time. |
| **Aceite a vacinação que lhe é oferecida assim que puder pois é importante receber o seu reforço e reforçar a sua proteção contra doenças graves antes do inverno.** | **Please accept the vaccination that is offered to you as soon as you are able to – it is important to have your booster and build up your protection against severe illness before the winter.** |
| **Quem não pode aceitar a oferta de um reforço de outono**Há muito poucas pessoas que não deveriam receber este reforço. Se tiver tido uma reação grave a uma dose anterior da vacina, deve discutir isto com o seu médico. | **Who cannot take up the offer of an autumn booster** There are very few people who should not have this booster. If you have had a severe reaction to a previous dose of the vaccine you should discuss this with your doctor. |
| **Efeitos secundários** **Efeitos secundários comuns**: Tal como nas suas doses anteriores, os efeitos secundários comuns são os mesmos para todas as vacinas da COVID-19, incluindo as vacinas combinadas que estão a ser utilizadas este outono, e incluem:   * sentir uma sensação dolorosa, pesada e sensível no braço onde recebeu a sua injecção; isto tende a agravar-se cerca de 1 a 2 dias após a vacina; * sentir-se cansado(a); * dor de cabeça; * dores gerais ou sintomas ligeiros semelhantes aos da gripe.   Pode descansar e tomar paracetamol (seguir os conselhos de dose na embalagem) para o/a ajudar a sentir-se melhor. Embora uma febre possa ocorrer dentro de um ou dois dias após a vacinação, se tiver quaisquer outros sintomas da COVID-19 ou a sua febre durar mais tempo, permaneça em casa e poderá ter necessidade de fazer um teste. Os sintomas que se seguem à vacinação duram normalmente menos de uma semana. Se os seus sintomas parecerem piorar ou se estiver preocupado, contacte o seu médico de clínica geral ou o serviço Fora de Horas. Também pode comunicar suspeitas de efeitos secundários de vacinas e medicamentos através do sistema do Cartão Amarelo. | **Side effects** **Common side effects**: As with your previous doses, the common side effects are the same for all COVID-19 vaccines, including the combination vaccines being used this autumn, and include:   * having a painful, heavy feeling and tenderness in the arm where you had your injection – this tends to be worst around 1 to 2 days after the vaccine * feeling tired * headache * general aches or mild flu-like symptoms   You can rest and take paracetamol (follow the dose advice in the packaging) to help you feel better.  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 you may need to have a test. Symptoms following vaccination normally last less than a week. If your symptoms seem to get worse or if you are concerned, contact your GP or Out of Hours service. You can also report suspected side effects of vaccines and medicines through the Yellow Card scheme. |
| **Efeitos secundários graves**: Casos de inflamação do coração (chamada miocardite ou pericardite) foram relatados muito raramente após as vacinas Pfizer e Moderna COVID-19. Estes casos foram observados principalmente em homens mais jovens e dentro de vários dias após a vacinação. A maioria das pessoas afetadas sentiu-se melhor e recuperou rapidamente após repouso e tratamentos simples. Deve procurar urgentemente aconselhamento médico junto do seu médico ou do Departamento de Urgências se, após a vacinação, tiver experiência de:   * dores no peito; * falta de ar; * sentimentos de ter um coração acelerado, agitado ou palpitante.   Se teve efeitos secundários graves após qualquer dose anterior, poderá ser aconselhado a evitar ou atrasar a vacinação posterior. Deve discutir isto com o seu médico ou especialista. Consulte as informações no sistema do Cartão Amarelo no final do folheto para ver como comunicar os efeitos secundários. | Cases of inflammation of the heart (called myocarditis or pericarditis) have been reported very rarely after both the Pfizer and Moderna COVID-19 vaccines. These cases have been seen mostly in younger men and within several days of vaccination. Most of the people affected have felt better and recovered quickly following rest and simple treatments. You should seek medical advice urgently from your doctor or Emergency Department if, after vaccination, you experience:   * chest pain * shortness of breath * feelings of having a fast-beating, fluttering or pounding heart   If you had serious side effects after any previous dose you may be advised to avoid or delay further vaccination. You should discuss this with your doctor or specialist. Please see the information on the Yellow Card scheme at the end of the leaflet to see how to report side effects. |
| **Poderá ainda contrair a COVID-19 depois de receber a vacina?**O reforço da COVID-19 reduzirá a possibilidade de se sentir gravemente mal da COVID-19 este inverno. Pode demorar alguns dias para que o seu corpo construa alguma proteção extra contra o reforço. Como todos os medicamentos, nenhuma vacina é completamente eficaz; algumas pessoas podem ainda contrair a COVID-19 apesar de terem sido vacinadas, mas qualquer infeção deve ser menos grave. | **Can you still catch COVID-19 after having the vaccine?** The COVID-19 booster will reduce the chance of you becoming severely unwell from COVID-19 this winter. It may take a few days for your body to build up some extra protection from the booster. Like all medicines, no vaccine is completely effective – some people may still get COVID-19 despite having a vaccination, but any infection should be less severe. |
| **Se ainda não recebeu todas as suas vacinas**Se ainda não recebeu nenhuma das duas primeiras doses da vacina (ou uma terceira dose para quem tem o sistema imunitário enfraquecido), deverá recebê-las o mais rapidamente possível. Se for elegível para o reforço de outono, mas achar que perdeu um reforço anterior, deve continuar; não precisará de outra dose. | **If you have not had all your vaccinations** If you have not yet had either of your first 2 doses of the vaccine (or a third dose for those with a weakened immune system) you should have them as soon as possible. If you are eligible for the autumn booster but think you have missed a previous booster you should still go ahead – you will not need another dose. |
| **Se tiver um resultado positivo de COVID-19, quando pode receber o seu reforço de outono?** Se não estiver bem de saúde, aguarde até ter recuperado para receber a sua vacina. Se tiver confirmado a COVID-19, o ideal seria esperar 4 semanas antes de receber o seu reforço de outono. Não deve comparecer para a vacinação se estiver em confinamento ou à espera de um teste da COVID-19. | **If you have a COVID-19 positive result, when can you have your autumn booster?** If you are unwell, wait until you have recovered to have your vaccine. If you have had confirmed COVID-19 you should ideally wait 4 weeks before having your autumn booster. You should not attend for vaccination if you are self-isolating or waiting for a COVID-19 test. |
| **Informações adicionais** Pode ler os seguintes folhetos informativos da COVID-19 no site PHA: www.pha.site/covid19infomaterials   * COVID-19. O que esperar após a vacinação; * COVID-19. Um guia para o programa; * Grávida? Faça as suas vacinas da COVID-19; * Vacinações da COVID-19 - um guia para pessoas com um sistema imunitário enfraquecido.   Leia os folhetos informativos do produto para os recetores britânicos das vacinas Pfizer e Moderna para mais detalhes sobre a sua vacina, incluindo possíveis efeitos secundários.  Para um número muito reduzido de pessoas, outro produto vacinal pode ser aconselhado pelo seu médico.  Para mais informações sobre como obter o seu reforço de outono, consulte: nidirect.gov.uk/covid-vaccine  Pode reportar efeitos secundários suspeitos no site do Cartão Amarelo ou telefonando para o número 0800 731 6789 (das 09h00 às 17h00, de segunda a sexta-feira), ou descarregando a aplicação do Cartão Amarelo: www.mhra.gov.uk/yellowcard Informação correta no momento da publicação. Para a versão mais recente deste folheto e formatos alternativos, consulte o site PHA: www.publichealth.hscni.net | **Further information** You can read the following COVID-19 information leaflets on the PHA website www.pha.site/covid19infomaterials   * COVID-19 What to expect after vaccination * COVID-19 A guide to the programme * Pregnant? Have your COVID-19 vaccinations * COVID-19 vaccinations – a guide for people with a weakened immune system   Read the product information leaflets for UK recipients of the Pfizer and Moderna vaccines for more details on your vaccine, including possible side effects.  For a very small number of people another vaccine product may be advised by your doctor.  For more information on how to get your autumn booster, visit nidirect.gov.uk/covid-vaccine  You can report suspected side effects on the Yellow Card website or by calling 0800 731 6789 (9am to 5pm Monday to Friday) or by downloading the Yellow Card app: www.mhra.gov.uk/yellowcard  Information correct at time of publication. For the latest version of this leaflet and alternative formats visit the PHA website www.publichealth.hscni.net |
| Publicado em setembro de 2022 pela Public Health Agency.  © Crown copyright 2022. Esta publicação é adaptada a partir de informação originalmente desenvolvida pela Agência de Segurança Sanitária do Reino Unido, utilizada  ao abrigo da Licença do Governo Aberto v 3.0 | Published September 2022 by the Public Health Agency.  © Crown copyright 2022. This publication is adapted from information originally developed by the UK Health Security Agency and is used under the Open Government Licence v 3.0 |