



# VACINE-SE CONTRA A COVID-19 A VACINA É SEGURA E EFICAZ!

Dados sobre a segurança da vacina e como  
você pode se prevenir contra a COVID-19

Saiba mais em [hpsm.org/covid-19/vaccination](https://hpsm.org/covid-19/vaccination)

## Por que é importante tomar a vacina contra a COVID-19?

Embora a maioria das pessoas que contraem a COVID-19 tenham sintomas leves, ela também pode causar doenças graves e até a morte. Tomar a vacina contra a COVID-19 é importante porque pode ajudar a:

- ✓ manter sua família e comunidade seguras;
- ✓ acabar com a pandemia;
- ✓ juntar todas as pessoas novamente no futuro, inclusive a possibilidade de reuniões, permitindo que as crianças voltem à aprendizagem presencial.

## Como as vacinas podem ser seguras se foram desenvolvidas tão rápido?

O rápido desenvolvimento da vacina contra a COVID-19 foi possível porque:

- As vacinas foram baseadas em décadas de pesquisa. Os cientistas já estudam os coronavírus há mais de 20 anos. O coronavírus que causa a COVID-19 é apenas um dos vários tipos de coronavírus.
- Cientistas de todo o mundo compartilharam informações entre si.
- Muitos financiamentos ao redor do mundo foram usados para a pesquisa.
- Muitas pessoas se cadastraram rapidamente para fazer parte dos estudos para as vacinas.

O FDA *não* pulou nenhuma etapa na testagem das vacinas contra a COVID-19 por questões de segurança e para ter sucesso. As vacinas contra a COVID-19 passaram pelos mesmos métodos de testagem de medicamentos que os especialistas já vêm usando há décadas para garantir segurança e eficácia.

Até o momento, o FDA aprovou três vacinas contra a COVID-19:

moderna

Pfizer

Johnson & Johnson

## Como as vacinas ajudam a me proteger contra a COVID-19?

As vacinas pedem para suas células produzirem uma proteína inofensiva encontrada na COVID-19. Com a proteção da proteína, seu corpo aprende a proteger você contra a COVID-19. **Nenhuma das vacinas contra COVID-19 altera seus genes.**

- **A Pfizer e a Moderna são vacinas de mRNA.** Elas usam o RNA mensageiro (mRNA) para pedir que as células do corpo produzam a proteína. Ambas as vacinas protegem totalmente contra a COVID-19 em cerca de [95% dos casos](#).
- **A Johnson & Johnson é uma vacina de vetor viral.** Ela usa um vírus alterado e inofensivo de uma gripe para pedir para as células do corpo produzirem a proteína. A vacina da Johnson & Johnson protege você totalmente contra a COVID-19 em [72% dos casos](#). Seu uso foi interrompido brevemente, mas como as autoridades estaduais e federais declararam que a vacina é segura, a San Mateo County Health voltou a usá-la. A vacina terá um rótulo de advertência e materiais informativos para que os residentes possam decidir se desejam tomá-la.

## A vacina contra a COVID-19 pode me deixar com a COVID-19?

As vacinas contra a COVID-19 não deixarão você com a COVID-19. Você pode ter efeitos colaterais após ser vacinado. Isso não significa que você terá a COVID-19. É um sinal normal de que a vacina está funcionando. Os efeitos colaterais comuns são:

- Dor, inchaço e vermelhidão no braço onde recebeu a vacina.
- Calafrios, cansaço e dores de cabeça e por todo o corpo.

A maioria dos efeitos colaterais varia de leves a moderados e deve desaparecer em até três dias. Se os efeitos não desaparecerem, ou caso você tenha alguma dúvida, ligue para o seu prestador de cuidados de saúde primários (PCP) ou para a Linha de Aconselhamento de Enfermeiros do HPSM no telefone **1-833-846-8773**.

## Eu tive a COVID-19. Mesmo assim devo tomar a vacina?

Sim, mesmo que você já tenha tido a COVID-19, você deve tomar a vacina. Os especialistas não sabem por quanto tempo as pessoas ficam protegidas contra a COVID-19 depois de se recuperarem. Se você contrair a COVID-19 novamente, também corre o risco de deixar outras pessoas ao seu redor doentes.

## Tenho problemas de saúde. Mesmo assim, devo tomar a vacina contra a COVID-19?

Se você tem problemas de saúde, como doenças cardíacas, diabetes ou doenças pulmonares, pode e deve ser vacinado. Pode ser que ainda seja mais essencial que você seja vacinado. Isso ocorre porque as pessoas com problemas de saúde têm uma maior probabilidade de ficarem muito doentes ou de morrerem devido à COVID-19.



Ligue para seu prestador de cuidados de saúde primários (PCP) antes de tomar a vacina contra a COVID-19 se você:

- tem mais dúvidas sobre se é seguro para você tomar a vacina;
- tem alergia a polietilenoglicol (PEG) ou polissorbato;
- não tem certeza sobre suas alergias.

## Mulheres grávidas e lactantes devem ser vacinadas?

Com base em evidências atuais, os especialistas em saúde acreditam que a vacina contra a COVID-19 seja segura para mulheres grávidas, mulheres que planejam engravidar algum dia e mães que amamentam.

## Quanto custa a vacina contra a COVID-19?

Os membros do HPSM recebem a vacina gratuitamente. Para obter mais informações sobre o agendamento do seu horário, acesse [hpsm.org/vax](https://hpsm.org/vax).