

NOVEMBRO DE 2025

Vacinas COVID-19 – O que os idosos canadianos precisam de saber



National Institute on Ageing

Citação sugerida:

Sinha, S. K., Arulnamby, A., Herati, H., Vohra–Miller, S., & Johnstone, J. (2025). Vacinas COVID-19 – O que os canadianos mais velhos precisam de saber. National Institute on Ageing. Toronto, ON.

Endereço postal:

**National Institute on Ageing
Ted Rogers School of Management
350 Victoria St.
Toronto, Ontário
M5B 2K3
Canadá**

Isenção de responsabilidade

A versão atual do panfleto foi possível graças ao apoio financeiro da Moderna e da Pfizer Canada. Todas as investigações, textos e recomendações aqui contidos foram produzidos de forma independente pela NIA com base em evidências sólidas.

O envolvimento da Moderna e da Pfizer Canada limitou-se ao fornecimento de apoio financeiro.



Sobre o National Institute on Ageing

O National Institute on Ageing (NIA) melhora as vidas dos idosos e os sistemas que os apoiam, reunindo investidores, realizando pesquisas, avançando soluções de políticas e inovações de práticas, partilhando informações e mudando atitudes. A nossa visão é um Canadá onde os idosos se sintam valorizados, incluídos, apoiados e melhor preparados para envelhecer com confiança.

Autores

Este documento de orientação foi escrito por:

Dr. Samir Sinha, MD, Dphil, FRCPC, FRSM, FCAHS, AGSF

Diretor de Pesquisa do Health Policy Research, National Institute on Ageing, Toronto Metropolitan University;

Professor of Medicine, Family and Community Medicine, Health Policy, Management and Evaluation, University of Toronto Toronto Metropolitan University;

Geriatra e Cientista Clínico, Sinai Health System e University Health Network

Arushan Arulnamby, MPH

Analista de Políticas, National Institute on Ageing, Toronto Metropolitan University

Dr. Hoda Herati, MBBS, MPH, PhD

Investigador Health Policy Research, National Institute on Ageing, Toronto Metropolitan University

Sra. Sabina Vohra-Miller, MSc

Fundador Unambiguous Science

Dr. Jennie Johnstone, MD, PhD, FRCPC

Diretor Médico, Infection Prevention and Control, Sinai Health;

Infectious Diseases Departmental Division Director, University of Toronto;

Professor Associado, Departments of Medicine and Laboratory Medicine and Pathobiology, University of Toronto

Índice

8 Perguntas gerais sobre vacinas contra a COVID-19	6
7 Perguntas específicas para idosos	11
6 Perguntas para grupos populacionais específicos	15
Desmascarar 3 mitos sobre as vacinas contra a COVID-19	18
Outras 5 perguntas a considerar	20

Introdução

Desde o final de 2020, foram desenvolvidas várias vacinas contra a COVID-19, aprovadas e recomendadas no Canadá com base em investigações e relatórios epidemiológicos. As notícias sobre o desenvolvimento, atualização e aprovação de vacinas contra a COVID-19, juntamente com as orientações em constante evolução sobre quantas doses tomar e quando, foram recebidas com entusiasmo, mas também com algum ceticismo, principalmente entre os idosos e alguns dos membros mais vulneráveis da nossa sociedade.

Continuam a haver muitas questões legítimas e mal-entendidos sobre as vacinas contra a COVID-19, como surgiram e o que significam para a nossa saúde pessoal. É importante abordar estas preocupações à medida que o Canadá saiu de uma fase de crise em direção à gestão a longo prazo da COVID-19.

A realidade é que o risco de internamento por doença grave e morte por COVID-19 permanece significativamente mais elevado entre os idosos. Além disso, a COVID-19 foi classificada como a sexta principal causa de morte no Canadá, com 95% destas mortes ocorrendo entre cerca de 7528 canadianos mais velhos em 2023. E infelizmente, a maioria destas consequências podiam ser evitadas através da vacina.

Este panfleto foi concebido para responder a 29 perguntas comuns que continuam a surgir sobre as vacinas contra a COVID-19 entre os idosos canadianos, e fornecer respostas baseadas em evidências para manter-se atualizado quanto aos factos.

8 Perguntas gerais sobre vacinas contra a COVID-19

Porque é que as vacinas são importantes?

O nosso corpo pode encontrar diversas bactérias, vírus ou fungos que podem causar doenças. Estes são conhecidos como patógenos. Para combater estes organismos causadores de doenças, o sistema imunitário do nosso corpo desenvolve anticorpos que são produzidos com base numa parte do agente patogénico chamada antigénio. Isto ajuda a criar proteção contra a doença, conhecida como imunidade. No nosso corpo, temos milhares de anticorpos diferentes para antigénios específicos relacionados com patógenos.

Quando o nosso corpo encontra um novo agente patogénico, como o vírus COVID-19, levará algum tempo para produzir anticorpos específicos. Quando o nosso corpo está pronto para reagir, a infeção já pode ter causado muitos danos que por vezes podem levar a doenças graves e à morte. Mas uma vez que combate esse vírus, o nosso corpo também cria células de memória produtoras de anticorpos que o ajudam a lembrar como combater esse vírus específico. Portanto, na próxima vez que entrar em contacto com o mesmo vírus, o seu corpo lembrar-se-á dele e poderá preparar rapidamente o seu sistema de defesa contra ele.

É aqui que as vacinas podem ser vantajosas. As vacinas contêm vírus enfraquecidos, antigénios inativos ou um plano para produzir antigénios que desencadeiam uma resposta do sistema imunológico. Permitem que o corpo proporcione uma resposta imunológica

contra uma variedade de patógenos. Isto significa que, mais tarde, se o seu corpo se deparar com um patógeno real contra o qual foi imunizado, poderá reconhecê-lo rapidamente e responder imediatamente e combatê-lo antes que cause sérios problemas de saúde.

Como funcionam as vacinas contra a COVID-19 e quais estão disponíveis?

Atualmente, para a temporada 2025–26, existe apenas um tipo de vacina contra a COVID-19 disponível no Canadá, as vacinas mRNA (ex., **Spikevax**® da Moderna, **Comirnaty**® da Pfizer–BioNTech). Outros tipos de vacinas contra a COVID-19, como os tipos subunidade proteica (ex., **Nuvaxovid**™ da Novavax) e o vetor viral (ex., **Vaxzevria**™ da AstraZeneca Canada), não estão disponíveis. Existem vários motivos pelos quais estes tipos de vacinas não estão disponíveis, incluindo a baixa procura das mesmas em comparação com as vacinas de mRNA.

mRNA, ou RNA mensageiro, é uma molécula que aparece naturalmente nos nossos corpos que fornece instruções para produzir as proteínas necessárias, semelhante a um livro de receitas. Antes da pandemia da COVID-19, os investigadores estudavam e trabalhavam há décadas com tratamentos baseados em mRNA. Assim que as informações necessárias sobre o vírus que causa a COVID-19 ficaram disponíveis, os cientistas começaram a conceber as primeiras vacinas de mRNA contra a COVID-19.

Nestas vacinas, o mRNA sintético instrui ao corpo para produzir um pedaço inofensivo do antígeno da proteína S encontrado na superfície do próprio vírus COVID-19. Estas vacinas funcionam ao fornecer instruções de mRNA, que age como um livro de receitas para orientar o corpo a produzir uma pequena quantidade do antígeno da proteína S. O nosso corpo reconhece que este antígeno não pertence e intensifica a resposta imunitária produzindo anticorpos protetores contra o antígeno da proteína S do vírus COVID-19. Se o nosso corpo entrar em contacto com um vírus real causador da COVID-19, saberá imediatamente como combatê-lo. O mRNA da vacina não dura muito no corpo, pois é rapidamente decomposto. O mRNA da vacina não pode entrar no seu ADN nem alterá-lo de forma alguma.

As vacinas de mRNA são um avanço científico entusiasmante e permitem que os cientistas concebam vacinas também para outros vírus, como a gripe, o vírus sincicial respiratório (RSV), o zika, a raiva e o citomegalovírus (vulgarmente conhecido como CMV). As vacinas de mRNA também estão a ser avançadas como uma nova forma de combater o cancro.

Quais são as vacinas atualmente disponíveis?

Desde a primeira aparição, o vírus COVID-19, SARS-CoV-2, desenvolveu várias variantes. Ao longo dos últimos quatro anos, a variante Omicron tem sido a variante mais disseminada, com múltiplas subvariantes. As evidências demonstraram que as vacinas mais alinhadas com a variante da COVID-19 produzem respostas de anticorpos mais fortes.

Por este motivo, várias versões das duas vacinas de mRNA contra a COVID-19 no Canadá foram aprovadas, **Spikevax®** (Moderna) e **Comirnaty®** (Pfizer-BioNTech), visando diferentes subvariantes da Omicron.

Atualmente, estão disponíveis duas novas versões da Spikevax® e Comirnaty® para a temporada 2025-26 que visam a subvariante recente da Omicron, LP.8.1.

Como resultado, espera-se que proporcionem uma melhor resposta imunitária em comparação com as vacinas contra a COVID-19 anteriormente disponíveis. Os ensaios clínicos já mostraram que ambas as vacinas criam uma forte resposta imunitária contra a subvariante LP.8.1 da Omicron.

Qual é a diferença entre uma série primária e as doses adicionais?

Uma série primária representa a(s) dose(s) inicial(is) que um indivíduo recebe das vacinas COVID-19. Atualmente, é recomendada uma dose para a maioria das pessoas, quanto duas ou três doses são recomendadas para aqueles que têm sistemas imunitários enfraquecidos. Recomenda-se qualquer uma das duas vacinas atualmente disponíveis para a(s) dose(s) da série primária.

A razão pela qual doses adicionais são recomendadas após a série primária é para aumentar a proteção das pessoas contra a infecção por COVID-19, bem como a doença sintomática e grave COVID-19, provavelmente diminuiu desde a última vacinação ou infecção. O intervalo mínimo de espera após a sua última dose da vacina contra a COVID-19 ou após a infecção é de três meses. Ao decidir a melhor altura para ser vacinado, os fatores a considerar estão o tempo decorrido desde a última dose ou infecção, a frequência atual de infecções por COVID-19 na sua comunidade e quaisquer eventos futuros, tais como procedimentos médicos importantes, grandes aglomerações ou viagens. Estas vacinas apresentam níveis mais elevados de proteção logo após a vacinação, e qualquer uma das duas vacinas atualmente disponíveis pode ser utilizada para estas doses adicionais.

As vacinas COVID-19 foram desenvolvidas muito rapidamente. Foram ignoradas etapas importantes no seu desenvolvimento?

De acordo com o [site](#) da Health Canada, todas as vacinas contra COVID-19 aprovadas no Canadá:

- cumpriram os requisitos normais para a aprovação de uma vacina, incluindo todos os requisitos habituais de segurança, qualidade e eficácia das vacinas, e nenhum requisito foi ignorado para aprovar a utilização destas vacinas; e
- a sua qualidade, segurança e eficácia foram monitorizadas continuamente.

Países e empresas de todo o mundo uniram-se e colaboraram de uma forma nunca antes vista para ajudar a desenvolver vacinas contra a COVID-19. As agências de saúde, os investigadores e fabricantes de vacinas deram prioridade ao desenvolvimento de vacinas contra a COVID-19, investindo enormes quantias de dinheiro, transferindo pessoal e desenvolvendo diversas colaborações para trabalhar nos esforços relacionados com a vacina contra a COVID-19. Nada disto ocorreu à custa da segurança, e a devida diligência foi absolutamente feita nos ensaios clínicos necessários para demonstrar a sua segurança e eficácia.

Outros fatores que aceleraram a criação das vacinas aprovadas contra a COVID-19 incluem:

- O desenvolvimento das nossas primeiras vacinas contra a COVID-19 baseou-se em décadas de investigação realizada noutras estirpes de coronavírus antes da COVID-19, como a Síndrome Respiratória do Médio Oriente (MERS) e o SARS-CoV (SARS).
- Avanços adicionais na ciência e tecnologia facilitaram o desenvolvimento de novas vacinas; uma vez sequenciado geneticamente o vírus, o que ocorreu logo após a descoberta do vírus COVID-19, os cientistas puderam rapidamente começar a trabalhar para criar uma variedade de vacinas candidatas e iniciar os ensaios clínicos.
- Forte colaboração internacional entre cientistas, profissionais de saúde, investigadores, indústria e governos, incluindo amplo financiamento para implementar os grandes ensaios clínicos necessários para testar e estabelecer mais rapidamente a segurança e eficácia das vacinas em desenvolvimento.

As pessoas devem tomar paracetamol (também conhecido como Tylenol) ou antiinflamatórios não esteróides antes de serem vacinadas para prevenir sintomas pós-vacinais?

Embora estes medicamentos possam ser tomados para gerir os sintomas pós-vacinação, como a dor e/ou dor de cabeça, não se recomenda a sua toma regular antes ou durante a vacinação. No entanto, caso estes medicamentos tenham sido tomados, a vacinação ainda pode ser administrada.

Se os sintomas precisam de ser geridos no pós-vacinação, podem ser utilizados paracetamol ou anti-inflamatórios não esteróides.

Já tive COVID-19. Preciso de ser vacinado?

Mesmo que já tenha contraído a COVID-19, poderá ser vacinado novamente. Descobriu-se que a imunidade desenvolvida após a infeção e a vacinação (conhecida como imunidade híbrida) fornece uma melhor proteção contra as infeções e doenças graves.

Para todos os indivíduos que tenham completado a sua série primária, pelo menos três meses podem ser considerados se estiver previsto outra

dose da vacina. Para os indivíduos que não iniciaram ou concluíram a série primária de doses, o intervalo entre a infecção e a vacinação que pode ser considerado é de oito semanas. Para indivíduos com sistemas imunológicos enfraquecidos, o intervalo considerado é reduzido para quatro a oito semanas. Todos estes intervalos sugeridos são um guia, e os fatores como o risco e a exposição e a gravidade da doença devem ser considerados. Intervalos mais longos também podem permitir o desenvolvimento de uma melhor resposta imunológica, levando em consideração a proteção já fornecida pela infecção.

As evidências demonstram que a vacinação contra a COVID-19 é segura e bem tolerada, mesmo para pessoas que já tenham sido infectadas.

Mesmo que um indivíduo já tenha obtido a imunidade híbrida antes da vacinação e infecção, a proteção de um indivíduo contra a infecção eventualmente diminui com o tempo. Este é um dos motivos pelos quais estão a ser recomendadas doses adicionais ao longo do tempo.

Posso tomar a vacina contra a gripe e a vacina contra a COVID-19 ao mesmo tempo?

Para além da vacina contra a gripe, as vacinas contra a COVID-19 podem ser administradas ao mesmo tempo, ou a qualquer momento antes ou depois de outras vacinas (por exemplo, vírus sincicial respiratório, pneumocócica e herpes zoster).

Fale com o seu médico sobre outras vacinas recomendadas para si.

Para obter mais informações sobre vacinas recomendadas para idosos, consulte a página 21.

7 perguntas específicas para idosos

Sou idoso. Devo ser vacinado contra a COVID-19?

Os idosos são muito impactados pelas infeções por COVID-19, com os adultos com idade igual ou superior a 65 anos a representar 95% das mortes por COVID-19 no Canadá em 2023.

Os adultos com 85 anos ou mais correm maior risco, representando 56% das mortes por COVID-19 no Canadá em 2023.

As vacinas contra a COVID-19 são eficazes e seguras em idosos?

As vacinas contra a COVID-19 que foram aprovadas no Canadá para uso em idosos canadianos foram consideradas extremamente seguras e eficazes.

Os ensaios das vacinas Pfizer-BioNTech e Moderna inscreveram um número considerável de idosos nos seus ensaios de vacinas originais para estabelecer que as suas vacinas contra a COVID-19 são seguras e eficazes nesta faixa etária.

Existem vários benefícios associados à toma da vacina contra o COVID-19. As investigações demonstraram que as vacinas recentes contra a COVID-19 aumentarão a proteção contra a doença após a exposição ao vírus e contra efeitos

graves (por exemplo, hospitalizações, doenças graves), mesmo entre populações com vacinações e/ou infeções anteriores. Na medida em que as vacinas contra a COVID-19 previnem a infeção, podem também ajudar a diminuir a probabilidade de transmissão do vírus a outras pessoas.

As vacinas contra a COVID-19 podem reduzir o risco de desenvolverem doenças pós-COVID-19 (também conhecidas como COVID prolongada). Esta doença ocorre quando os sintomas duram mais do que dois meses e estão presentes durante três ou mais meses após a infeção. Vários sintomas podem ser experienciados, sendo que os sintomas mais comuns incluem a fadiga, dor e uma qualidade de vida reduzida. Alguns grupos podem estar mais expostos ao risco, incluindo as mulheres, as pessoas com doenças crónicas e aqueles que tiveram um caso mais grave de COVID-19. Estes fatores de risco são mais comuns entre os idosos. Na medida em que as vacinas contra a COVID-19 previnem a infeção, podem também ajudar a prevenir a COVID longa, sendo que aqueles que receberam duas doses têm provavelmente uma protecção adicional em comparação com os não vacinados.

A Public Health Agency of Canada e as associações médicas e de enfermagem do Canadá recomendam que todos os idosos canadianos sejam vacinados.

Novas formulações das vacinas contra a COVID-19 foram disponibilizadas em setembro de 2025, visando uma nova subvariante e espera-se que forneçam uma proteção melhor contra as subvariantes atualmente em circulação, em relação às vacinas disponibilizadas anteriormente.

Quais são as recomendações atuais quanto às vacinas contra a COVID-19 para idosos?

As seguintes recomendações são fornecidas pela National Advisory Committee on Immunization (NACI) do Canadá e baseiam-se nas melhores evidências disponíveis.

Recomenda-se que todos os idosos, independentemente se receberam vacinações anteriores contra a COVID-19, recebam as vacinas contra a COVID-19 atualmente disponíveis (Pfizer-BioNTech e Moderna).

Foi demonstrado que a vacinação aumenta a proteção contra a doença sintomática e grave que pode ter sido reduzida desde a última vacinação ou infecção de um indivíduo.

Recomenda-se que os idosos que tenham concluído a(s) sua(s) série(s) primária(s) recebam pelo menos uma dose por ano da vacina contra a COVID-19. Foram também fornecidas orientações variadas sobre como receber uma segunda dose. Os adultos dos 65 aos 79 anos poderão receber uma segunda dose das vacinas contra a COVID-19 atualmente disponíveis, enquanto que as seguintes populações devem receber uma segunda dose:

- Adultos com idade igual ou superior a 80 anos
- Adultos residentes em lares de idosos e outros locais de convívio coletivo para idosos.
- Indivíduos com sistemas imunológicos enfraquecidos

A razão para estas recomendações é a diminuição da proteção da vacina contra a COVID-19 ao longo do tempo, a circulação do vírus SARS-CoV-2 durante todo o ano e o aumento do risco em certos grupos populacionais.

Os indivíduos que tenham concluído a sua série primária deverão esperar pelo menos três meses após a sua última dose da vacina contra a COVID-19 ou podem considerar aguardar três meses após uma infecção antes de receberem outra dose da vacina. Ao decidir a melhor altura para ser vacinado, os fatores a considerar estão o tempo decorrido desde a última dose ou infecção, a frequência atual de infecções por COVID-19 na sua comunidade e quaisquer eventos futuros, tais como procedimentos médicos importantes, grandes aglomerações ou viagens. É importante observar que estas vacinas oferecem maiores níveis de proteção logo após a vacinação.

A maioria dos idosos que nunca receberam nenhuma dose de vacinas contra a COVID-19 ou que não tenha completado as doses da série primária, recomenda-se que recebam uma dose de uma das vacinas contra a COVID-19 atualmente disponíveis. Caso tenham contraído recentemente uma infecção por COVID-19, pode ser considerado um atraso de oito semanas na vacinação. Para idosos que tenham sistemas imunológicos enfraquecidos, recomenda-se a administração de uma a três doses, com um intervalo de quatro a oito semanas. A maioria das doses são administradas para ajudar a melhorar a eficácia da vacina e a resposta imunológica geral nestes indivíduos.

Quais são os efeitos secundários das vacinas COVID-19 em idosos?

Experienciar efeitos secundários da vacina são normalmente um sinal de que o seu sistema imunológico está a fazer exatamente o que deveria: a trabalhar e aumentar a sua imunidade para o proteger contra aquilo contra o qual está a ser vacinado.

Os efeitos secundários associados às vacinas contra a COVID-19 não são diferentes nos idosos e no resto da população. Os efeitos secundários mais comuns são ligeiros e desaparecem em poucos dias. Estes podem incluir dor, fadiga, dor de cabeça, dores musculares e nas articulações. Os efeitos secundários graves são muito raros.

O mais reconfortante é que não foram identificados novos efeitos secundários com a utilização das vacinas mais recentes contra a COVID-19, e os dados de vigilância indicam que são semelhantes aos das vacinas iniciais de mRNA contra a COVID-19.

Os relatórios nacionais sobre os efeitos secundários da vacina contra a COVID-19 no Canadá até ao início de 2024 mostram que os adultos mais velhos (com 60 anos ou mais) apresentam as taxas mais baixas relatadas de efeitos secundários da vacina entre todos os adultos.

As vacinas contra a COVID-19 ainda são gratuitas? Como posso ter acesso a elas?

Desde o início da pandemia, o governo federal liderou a compra de vacinas contra a COVID-19. À medida que o Canadá transitou para uma gestão da COVID-19 a longo prazo, os governos das províncias e territoriais são agora responsáveis pela compra das vacinas, à semelhança de outras imunizações de rotina que fornecem. Cada província e território são agora responsáveis por determinar a cobertura e programa das vacinações contra a COVID-19 com base em vários fatores.

Atualmente, todas as províncias e territórios (à exceção de Alberta) disponibilizam gratuitamente a vacina contra a COVID-19 para os idosos.

Em Alberta, a cobertura limita-se a alguns grupos (ex., destinatários do Alberta Seniors Benefit, clientes de cuidados domiciliários). Se tiver um plano privado de medicamentos, este poderá cobrir igualmente o custo desta vacina caso esta não seja publicamente financiada a si.

Dependendo da sua região, as vacinas podem estar disponíveis em vários locais, incluindo farmácias, unidades de saúde pública ou gabinetes médicos. Os residentes de lares de idosos, casas de repouso, ou pessoas com dificuldades de mobilidade ou acessibilidade, podem ser elegíveis para vacinação domiciliária.

Para mais informações, fale com o seu prestador de cuidados de saúde primários, farmacêutico ou unidade local de saúde pública.

Estou a cuidar de um adulto mais velho que não quer tomar a vacina. Como posso convencê-lo de que é seguro?

Pode mostrar recursos sobre a COVID-19 a um idoso para responder às questões que estão especificamente relacionadas a ele.

Enfatize também ao adulto mais velho presente na sua vida de que a COVID-19 é uma doença grave e que 95% das mortes por COVID-19 no Canadá ocorreram entre idosos canadianos.

Compreensivelmente, os idosos possam ser cautelosos quanto à vacina contra a COVID-19, mas saber que quaisquer riscos potenciais de efeitos secundários relacionados com a toma da vacina são provavelmente muito melhores do que o risco de morrer devido à COVID-19, deve proporcionar-lhes tranquilidade, especialmente quando centenas de milhões de idosos em todo o mundo receberam com segurança a vacina contra a COVID-19 até agora.

Outro ótimo recurso são os profissionais de saúde, como os médicos, enfermeiras e farmacêuticos que são bem informados sobre as vacinas contra a COVID-19.

Para além da vacinação, que mais posso fazer para evitar as infeções por COVID-19?

Existem várias medidas de proteção pessoal que pode implementar diariamente para evitar a propagação da COVID-19 e de outros vírus respiratórios.

- Se não estiver bem, limite o contacto com outras pessoas
- Utilize uma máscara quando apropriado
- Melhore a ventilação do ar quando possível (ex., abrir as janelas)
- Mantenha uma higiene das mãos lavando regularmente as suas mãos ou utilizando um desinfetante para as mãos
- Cubra a sua tosse e espirros
- Limpe as superfícies e os objetos que são tocados ou utilizados com frequência

6 Perguntas para grupos populacionais específicos

Os idosos com problemas de saúde devem tomar a vacina contra a COVID-19?

Estudos demonstraram que não apenas os adultos com problemas de saúde apresentam um risco maior de resultados graves com a COVID-19, mas o risco aumenta com o número de problemas. Por estas razões, a vacinação é particularmente importante para as condições listadas abaixo. Se tiver pelo menos uma das seguintes condições médicas (conforme observado Public Health Agency of Canada do Canadá), fale com o seu médico sobre a vacinação:

- Câncer
- Doença cerebrovascular
- Doença renal crônica
- Certas doenças hepáticas crônicas
- Certas doenças pulmonares crônicas
- Fibrose cística
- Diabetes mellitus tipo 1 e tipo 2
- Deficiências
- Problemas de coração
- Infecção pelo HIV
- Certos transtornos de saúde mental
- Obesidade
- Gravidez e gravidez recente
- Doenças de imunodeficiência primária
- Fumar, atualmente ou antigamente
- Transplante de órgão sólido ou células-tronco do sangue
- Tuberculose
- Uso de corticosteróides ou outra medicação imunossupressora

É seguro dar a vacina COVID-19 a idosos com problemas de saúde?

Geralmente, é seguro indivíduos com problemas de saúde receberem as vacinas contra a COVID-19.

Aconselha-se que adultos com problemas de saúde, alergias ou que estejam a tomar medicamentos avisem o médico que administra a vacina para evitar quaisquer efeitos secundários e garantir o uso adequado das vacinas. Para indivíduos com hemorragias, a condição deverá ser gerida antes da vacinação para reduzir o risco de hemorragia. No entanto, aqueles que recebam anticoagulantes a longo prazo, não são considerados de risco e podem receber as vacinas contra a COVID-19. Para adultos com antecedentes de síndrome inflamatória multissistémica, a vacinação deve ser adiada até à recuperação ou pelo menos 90 dias após o diagnóstico, consoante o que for mais longo.

Pessoas com alergias devem tomar a vacina COVID-19?

A necessidade de uma pessoa com alergias receber a vacina contra a COVID-19 depende do tipo e da gravidade da alergia. Os indivíduos com um histórico de alergias não relacionadas ou a suspeita de alergia a um componente

da vacina podem ser tratadas de rotina com vacinas contra a COVID-19. Os indivíduos que tenham apresentado uma reação alérgica imediata ligeira a moderada à vacina contra a COVID-19 ou a um dos seus componentes podem consultar um médico ou enfermeiro com experiência em imunização antes de avançar com a vacinação. Em contrapartida, aqueles que tiveram uma reação alérgica grave e imediata à vacina contra a COVID-19 ou a um componente da vacina deverão consultar um alergologista ou profissional de saúde adequado. O tempo de observação após a vacinação pode variar consoante o historial de alergias da pessoa, podendo ir de 15 minutos a pelo menos 30 minutos.

É seguro dar a vacina COVID-19 a idosos imunocomprometidos?

Pacientes imunocomprometidos, ou aqueles com sistema imunológico enfraquecido, tendem a correr maior risco de adoecer gravemente e morrer de COVID-19.

Isto pode incluir pessoas idosas que vivem com cancro, HIV, pessoas que são transplantadas ou que tomam esteróides ou outros medicamentos para tratar certas condições médicas, chamadas imunossupressores, que diminuem a capacidade do organismo de combater algumas infeções.

Devido ao risco aumentado de adoecer gravemente e morrer devido a infeções por COVID-19, as pessoas imunocomprometidas devem receber as vacinas contra a COVID-19. Como nenhuma das vacinas atualmente aprovadas inclui vírus vivos, não há risco de infeção pelo vírus em si ao ser vacinado.

A necessidade de vacinas contra a COVID-19 para adultos imunocomprometidos é claramente destacada, uma vez que se recomenda que recebam múltiplas doses independentemente do seu histórico de vacinação. Consulte a tabela acima para obter informações sobre recomendações da NACI para indivíduos imunocomprometidos.

Além disso, é sempre bom verificar com o seu médico as informações e conselhos mais recentes sobre a segurança e eficácia destas vacinas, pois ele conhece bem a sua situação médica geral.

É seguro e recomendado que pessoas idosas que vivem com demência tomem a vacina contra a COVID-19?

A idade é o maior fator de risco para ter demência. As pessoas que vivem com demência vivem frequentemente com pelo menos uma outra doença crônica e demonstraram correr um risco muito maior, em comparação com pessoas sem demência, de ficarem gravemente doentes e morrerem de COVID-19. Além disso, as pessoas que vivem com demência têm mais dificuldades para reconhecer e atuar perante sintomas da COVID-19. Isto destaca a importância acrescida de garantir que todos os canadianos idosos, especialmente aqueles que têm demência, recebam as doses recomendadas da vacina contra a COVID-19.

É por isso que a Public Health Agency of Canada, as associações médicas e de enfermagem do Canadá e a Alzheimer Society of Canada recomendam que todos os idosos canadianos, incluindo aqueles que vivem com demência, recebam as suas doses recomendadas da vacina contra a COVID-19.

Existe alguma preocupação de que alguns dos efeitos secundários limitados associados às vacinas COVID-19, como dor de cabeça, dores musculares, fadiga, dores nas articulações ou arrepios que podem durar alguns dias, possam causar maior confusão numa pessoa que vive com demência. No entanto, estes efeitos secundários pós-vacinação podem, geralmente, ser bem geridos com paracetamol ou outros tratamentos.

Milhões de pessoas mais velhas em todo o mundo que vivem com demência já receberam com segurança as suas vacinas contra a COVID-19 e os especialistas médicos continuam a enfatizar que os benefícios positivos das vacinas contra a COVID-19 quase sempre superam quaisquer riscos, sendo a imunização especialmente recomendada para pessoas que vivem com demência

Sou membro de uma comunidade racializada e hesito em tomar a vacina COVID-19. Como posso saber se é seguro para mim?

É compreensível que indivíduos racializados, particularmente os canadianos negros e indígenas, hesitem em tomar a vacina devido ao racismo sistémico e à desconfiança histórica no sistema de saúde canadiano. No entanto, os canadianos negros foram desproporcionalmente afetados pela COVID-19 devido às disparidades sociais, económicas e de saúde, e tomar a vacina pode proporcionar-lhes o maior nível de proteção contra este vírus. A NACI recomendou que todos os adultos de comunidades racializadas e outras comunidades em situação de vulnerabilidade recebam a vacina contra a COVID-19, reconhecendo as desigualdades que estas populações continuam a enfrentar.

Além disso, a Pfizer-BioNTech e a Moderna afirmaram que a eficácia das suas vacinas tem sido consistente em termos de idade, raça e etnia, e demografia de género.

Desmascarar 3 mitos sobre as vacinas contra a COVID-19

Tomar a vacina significa que irei apanhar COVID-19?

As vacinas contra a COVID-19 que estão atualmente disponíveis para os canadianos não podem e não lhe darão COVID-19. Todas as vacinas contêm essencialmente um livro de receitas que o seu corpo usa para produzir um pequeno pedaço de proteína S inofensiva, semelhante à proteína no vírus COVID-19, o que ajuda o seu corpo a reconhecer e combater o vírus.

Na verdade, a vacina contra a COVID-19 não contém o vírus da COVID-19, portanto não pode apanhar COVID-19 com a vacina. O mRNA sintético, fundamental para as vacinas contra a COVID-19, também se decompõe rapidamente assim que entra no corpo.

A vacina COVID-19 não tornará um teste PCR nasofaríngeo (nasal) ou um teste rápido de antígeno (RAT) positivo. Se o seu teste for positivo para COVID-19 num teste RAT ou PCR, isso significa que tem uma infecção por COVID-19 e ela não está relacionada com a vacina.

Ouvi dizer que os materiais da vacina são prejudiciais. É verdade?

Conforme observado anteriormente neste panfleto, tanto as vacinas da Pfizer-BioNTech como da Moderna

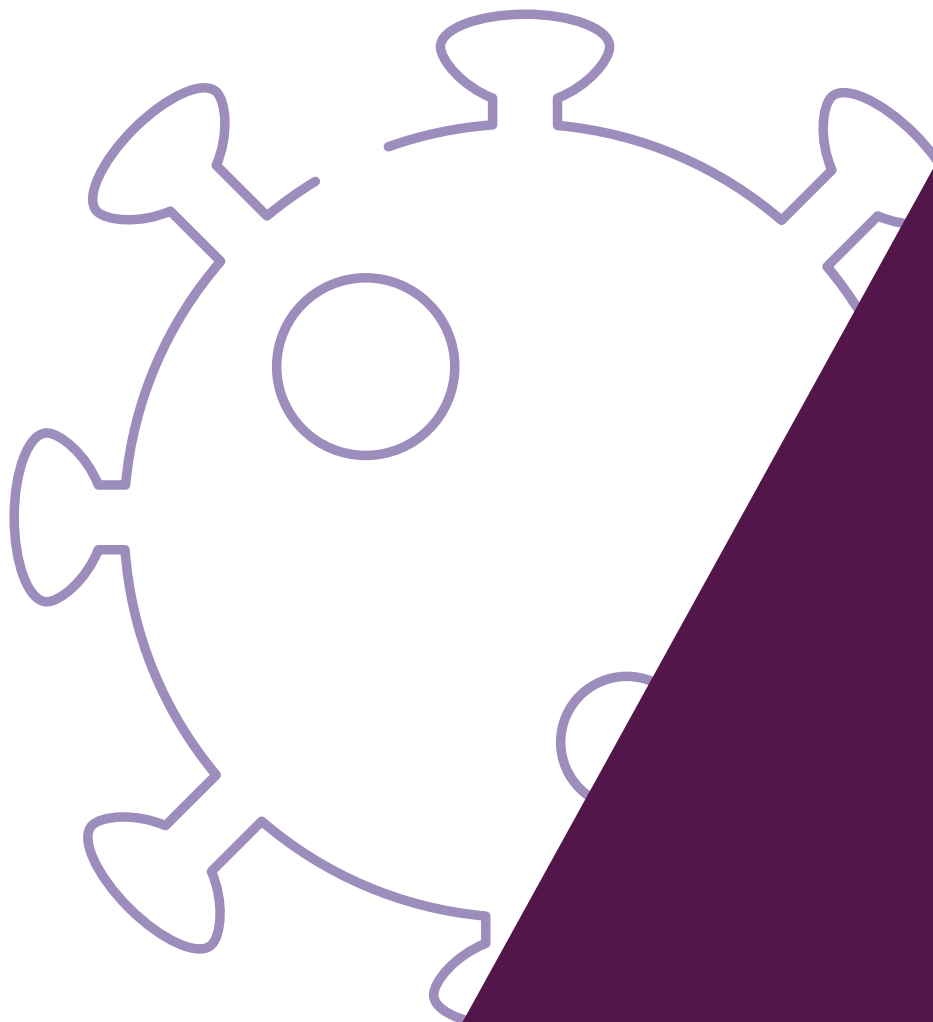
contêm mRNA juntamente com outros ingredientes normais das vacinas, como gorduras e uma pequena quantidade de açúcar. As vacinas não incluem vírus vivos e não interagem com o nosso ADN.

Nenhuma vacina contra a COVID-19 inclui gelatina ou materiais de origem animal. As vacinas da Pfizer-BioNTech e Moderna não foram desenvolvidas utilizando linhagens celulares fetais. É importante notar que nenhuma das vacinas contém tecidos ou células fetais. As vacinas atualmente aprovadas não contêm alergénios comuns, como látex e proteínas alimentares (por exemplo, ovos, glúten, produtos ou subprodutos de nozes). As vacinas não contêm nenhum material como metais, implantes, microchips ou dispositivos de localização.

Ouvi dizer que as pessoas podem contrair miocardite/pericardite após tomarem a vacina contra a COVID-19. É verdade?

Existe um risco raro dos indivíduos contraírem miocardite (inflamação ou inchaço/vermelhidão do músculo cardíaco) e/ou pericardite (inflamação ou inchaço/vermelhidão do revestimento externo do coração) através das vacinas contra a COVID-19 disponíveis. No entanto, ocorreram casos com maior frequência em indivíduos dos 12 aos 29 anos de idade, particularmente entre os homens. Apesar da maioria dos indivíduos necessitar de internamento, respondem bem à terapia conservadora e recuperam rapidamente.

Indivíduos que tiveram miocardite ou pericardite devido a uma vacina anterior contra a COVID-19 ainda poderão receber outra dose depois de discutirem o assunto com mais detalhes com os seus prestadores de cuidados de saúde. Se for oferecida uma dose adicional, esta deve ser a de **Comirnaty®** (Pfizer-BioNTech), devido às menores taxas de miocardite e/ou pericardite observadas após a administração da versão original de **Comirnaty®** (Pfizer-BioNTech) em comparação com a versão original de **Spikevax®** (Moderna).



Outras 5 perguntas a considerar

Quantos idosos foram vacinados no Canadá?

Em junho de 2024, 95% dos canadianos com 60 anos ou mais (não incluindo Alberta) receberam pelo menos uma dose da vacina contra a COVID-19.

No entanto, apenas 10% dos idosos canadianos (não incluindo todos os residentes de Alberta e Quebec) tinham a vacinação contra a COVID-19 em dia, de acordo com as recomendações.

Isto indica que a maioria dos idosos no Canadá não estavam protegidos com as mais recentes vacinas disponibilizadas contra a COVID-19. Espera-se que as vacinas atualmente disponíveis contra a COVID-19 forneça uma melhor resposta imunológica contra as atuais estirpes de COVID-19 em circulação e que melhore também a proteção contra doenças sintomáticas e graves que podem ter sido reduzidas desde a última vacinação de uma pessoa ou infeção.

Em que fontes devo confiar para obter informações relativas à vacina contra a COVID-19? O meu prestador de cuidados primários? As notícias?

Ao longo dos últimos anos, no Canadá, foram feitas inúmeras recomendações de vacinação contra a COVID-19.

Adiante, existirão diferentes níveis de cobertura e custos para estas vacinas, uma vez que as províncias e territórios do Canadá são agora responsáveis pela compra das vacinas contra a COVID-19 e por decidir quem as receberá gratuitamente. Para obter informações mais precisas e atualizadas na sua área, deverá contactar a sua unidade local de saúde pública. O seu prestador de cuidados primários também é uma ótima fonte para responder às suas questões sobre a vacinação contra a COVID-19. É preferível que recorra a estas fontes em vez de outras mais generalistas (como as notícias ou organizações internacionais como a World Health Organization), que podem não fornecer orientações específicas à região que lhe seriam mais relevantes.

Como posso obter um registo do meu histórico de vacinação contra a COVID-19?

Existem diferentes maneiras de obter um registo do seu histórico de vacinação contra a COVID-19. O método online inclui as seguintes instruções:

1. Clique na hiperligação seguinte: <https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/coronavirus-disease-covid-19/vaccines/vaccine-proof.html>.
2. Clique na caixa da sua província/território.
3. Clique na caixa verde para visitar o site jurisdicional.
4. Forneça as informações necessárias para obter o seu comprovativo de vacinação contra a COVID-19.

O método por telefone inclui as seguintes instruções:

5. Contacte o seu prestador de cuidados de saúde primários, pois este deverá ter um registo das suas vacinas contra a COVID-19.
6. Se não conseguir confirmar o seu histórico de vacinação, pergunte ao seu médico sobre outras maneiras de tentar determinar isso.

Teremos que continuar a receber uma dose de vacina todos os anos?

A COVID-19 permanece uma preocupação séria de saúde pública pois pode causar consequências graves, como internamentos e mortes. Ao contrário de outros vírus respiratórios (ex., influenza), o vírus SARS-CoV-2 circula ao longo do ano com períodos de infeções acrescidas. A NACI dará mais recomendações aos canadianos com base na circulação atual do vírus SARS-CoV-2 e a disponibilidade de novas vacinas contra a COVID-19.

No entanto, os indivíduos não devem esperar por estas decisões, devendo agir agora e tomarem as vacinas recomendadas.

Existem outras vacinas que eu deveria tomar?

Existem outras cinco vacinas aprovadas/ou recomendadas para idosos no Canadá, incluindo:

Doenças evitáveis por vacinação	Duração da(s) Dose(s) da Vacina
Influenza (gripe)	Uma dose por ano
Vírus sincicial respiratório (RSV)	Uma dose
Doença pneumocócica (pneumonia)	Uma dose
Herpes-zóster	Duas doses
Tétano e difteria	Número de doses com base no histórico de imunização

As vacinas mais recomendadas podem ser administradas ao mesmo tempo. Fale com o seu médico sobre como se manter atualizado com as vacinas recomendadas.

Recursos úteis adicionais

- **Doença por Coronavírus (COVID-19)** (Public Health Agency of Canada)
Fornece ligações para vários recursos do governo nacional sobre a circulação atual do vírus SARS-CoV-2, prevenção e gestão da COVID-19 e informações para grupos específicos, incluindo idosos.
- **Panfleto Um Guia de Vacinas para Canadianos Idosos** (National Institute on Ageing)
Fornece informações sobre as doenças evitáveis por vacinação, recomendações nacionais para vacinação, custos e disponibilidade para idosos no Canadá.
- **Boletins informativos de vacinação provinciais/territoriais** (National Institute on Ageing)
Resumo de uma página sobre as recomendações nacionais de vacinação, juntamente com a cobertura da vacina e recursos para cada província e território canadiano.

Para saber mais sobre o NIA visite
o nosso site em www.NIAgeing.ca
e siga-nos no Twitter @NIAgeing