



O Dr. Ben é Chefe de Saúde e Cuidados com a Federação Internacional das Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho (IFRC). Com esta ficha mensal ele abordará algumas das perguntas e rumores mais comuns que estão sendo levantados pelas comunidades de toda a África sobre o coronavírus, conhecido como COVID-19. Estas perguntas e rumores são coletados das comunidades pelas Sociedades Nacionais da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho que trabalham em toda a África. Esta ficha informativa visa ajudar as Sociedades Nacionais a responder às perguntas mais comuns e fornecer os fatos por trás dos rumores e desinformações sobre o coronavírus.

1. Por que precisamos tomar duas doses da vacina de COVID-19?

Vacinas que precisam de mais de uma dose não são tão incomuns assim. Durante as primeiras pesquisas científicas, descobriu-se que algumas das vacinas de COVID-19 atingiam uma resposta imunológica relativamente fraca quando administradas com apenas uma dose. Entretanto, os mesmos estudos científicos comprovaram que houve uma resposta imune mais forte quando uma segunda dose foi adicionada. Basicamente, a primeira dose da vacina inicia o processo de construção da proteção e a segunda dose funciona para fortalecer ainda mais e garantir uma proteção maior no seu organismo. Quando se trata das vacinas de COVID-19, muitas vacinas disponíveis necessitam de mais de uma dose e têm intervalos diferentes entre a primeira e a segunda dose. As principais vacinas reconhecidas pela OMS largamente administradas nos países contam com as seguintes recomendações de aplicação e intervalo:

- ❖ Oxford-AstraZeneca, que tem duas doses dadas com 8 a 12 semanas de diferença
- ❖ Pfizer-BioNTech, que tem duas doses administradas às 3 semanas (ou 21 dias) após sua primeira dose
- ❖ Moderna, recomenda-se que você deva receber sua segunda dose 4 semanas (ou 28 dias) após sua primeira dose.
- ❖ Johnson & Johnson, até o momento é a única vacina que requer dose única.

As pessoas são consideradas totalmente vacinadas duas semanas após sua segunda dose em uma série de 2 doses, como as vacinas Oxford-AstraZeneca, Pfizer ou Moderna, ou 2 semanas após uma única dose, como a vacina Janssen COVID-19 da Johnson & Johnson's. Por isso, lembre-se: para garantir que você estará totalmente vacinado é necessário anotar no calendário o dia de receber sua segunda dose e comparecer ao local da vacinação para assegurar o ciclo completo de imunização. Se por algum motivo a vacina que você recebeu recomendar duas doses e você perder a data de receber a segunda dose, é melhor que você a tome dentro de sete (7) dias após a data esquecida. Entretanto, se por algum motivo a segunda dose for adiada ainda mais, você deve tomar a segunda dose o mais rápido possível.

Devido à necessidade urgente de uma vacina COVID-19, os ensaios clínicos iniciais dos candidatos a vacina foram realizados com a menor duração possível entre as doses. Portanto, um intervalo de 21-28 dias (3-4 semanas) entre as doses é recomendado pela OMS. Dependendo da vacina, o intervalo pode ser prolongado por até 42 dias - ou mesmo até 12 semanas para algumas vacinas - com base nas evidências atuais. Há muitas vacinas COVID-19 sendo desenvolvidas e produzidas por diferentes fabricantes em todo o mundo.

O mais importante é que você se vacine assim que a vacina estiver disponível para você dentro do cronograma de vacinação do seu respectivo país, independente da marca das vacinas, uma vez que todas as vacinas disponíveis são seguras, eficazes e protegerão você de desenvolver sintomas graves de COVID-19. A OMS recomenda que uma vacina do mesmo fabricante seja usada para ambas as doses se forem necessárias duas doses. Esta recomendação pode ser atualizada à medida que mais informações se tornem disponíveis.

2. Por que existem tantas vacinas diferentes para a COVID-19?

Ter uma ampla gama de vacinas COVID-19 disponíveis para uso em todo o mundo é essencial para colocar a pandemia sob controle. O acesso equitativo a vacinas seguras e eficazes é fundamental para acabar com a pandemia da COVID-19, por isso é extremamente encorajador ver tantas vacinas sendo estudadas, desenvolvidas, testadas e sendo aprovadas em diferentes países para serem utilizadas como uma das principais aliadas no combate à pandemia.

Nesta fase, os dados ainda estão sendo coletados para entender quão eficazes as diferentes vacinas são para pessoas de todas as idades, de diferentes origens étnicas, com diferentes sistemas imunológicos; e quão bem elas funcionam contra diferentes variantes do vírus. Ainda estão em andamento pesquisas sobre quanto tempo a imunidade pode durar e quão eficazes as vacinas são na prevenção da transmissão da doença. Com perguntas como estas ainda pendentes, não podemos contar com um pequeno número de vacinas para nos ajudar a responder ao Covid-19 e por isso há um incentivo tanto dos governos nacionais, órgãos internacionais e a comunidade científica mundial para que produzam cada vez mais e de forma rápida possíveis novas vacinas ou aperfeiçoamentos nas que já estão disponíveis. Pode ser que uma vacina não seja tão eficaz ou adequada para todos. Ter muitas e diversas vacinas é muito bem vindo para que sejam capazes de proteger diferentes grupos de pessoas da forma mais abrangente possível.

AS 5 REGRAS SIMPLES PARA MANTER VOCÊ E SUA FAMÍLIA SEGUROS

1. Sempre lave suas mãos com água e sabão ou use um higienizador de mãos. A lavagem adequada das mãos deve levar cerca de 20 segundos e cobrir todas as partes de suas mãos - dedos, polegares, entre os dedos, sob as unhas, palmas das mãos e a parte de trás das mãos. Cante a canção de feliz aniversário duas vezes enquanto lava as mãos até os 20 segundos. Isto ajudará a matar qualquer vírus que esteja em suas mãos e impedirá que eles entrem em seu corpo.
2. Não toque seus olhos, nariz e boca - isto aumenta a chance de passar o vírus de suas mãos para seu corpo.
3. O vírus se espalha de pessoa para pessoa, portanto, tente limitar seu contato com outras pessoas. Fique em casa e evite bares, restaurantes e eventos públicos. Se você sair, tente manter uma distância segura dos outros e use uma máscara facial. Imagine que você está segurando uma vassoura grande - você está a uma distância segura se não puder tocar ninguém com ela. Evite apertar as mãos, segurar as mãos, beijar as bochechas ou abraçar.
4. Se você tossir ou espirrar, cubra sua boca e nariz com um lenço de papel ou seu cotovelo dobrado - e lave suas mãos se você tossir ou espirrar em suas mãos.
5. Fique em casa se você se sentir indisposto e tiver tosse seca e febre, ou falta de ar e entre em contato com os serviços de saúde locais ou com a linha direta do Ministério da Saúde. Isto reduz a chance de você poder espalhar o vírus para outras pessoas.

3. Devo tomar a vacina COVID-19 mesmo que minha comunidade não tenha sido afetada pelo vírus?

A vacina é o passo chave em nosso esforço coletivo para retornar a um modo de vida mais normal, mesmo que sua comunidade imediata não tenha sido diretamente afetada. Medidas de saúde pública como o uso de máscara, distanciamento físico e lavagem das mãos foram implementadas para retardar a propagação do vírus, e tem sido comprovado que funcionam. Devemos continuar estas precauções até que um número suficiente de pessoas seja imunizado, especialmente as mais vulneráveis em nossa comunidade.

Entretanto, estas regras não estarão em vigor para sempre. Novas evidências sugerem que as pessoas vacinadas que podem estar infectadas pelo coronavírus têm menos partículas de vírus no nariz e na boca e têm menos probabilidade de espalhar o vírus para outras pessoas. Esta descoberta é importante porque ser vacinado agora não só protege você, mas também limita a propagação do vírus para entes queridos e amigos.

Quando um número suficiente de pessoas é protegido através da vacinação, podemos alcançar a imunidade do rebanho, o que significa que a propagação do vírus se torna improvável. Nesse momento, máscaras e distanciamento físico podem não ser mais necessários. Mas, por enquanto, precisamos continuar a seguir as diretrizes de saúde pública. Portanto, lembre-se: vacine-se assim que a vacina estiver disponível para você em seu país, pois assim você estará se protegendo, protegendo seus entes queridos e contribuindo para a vitória global na luta contra a pandemia global da COVID-19.

4. Por que as crianças não são elegíveis para as vacinas de COVID-19?

Os sistemas imunes em crianças podem variar muito, dependendo da idade. Uma criança de 6 anos vai ter um sistema imunológico muito diferente de uma criança de 6 meses. Por causa disso, são necessários dados e pesquisas adicionais ao avaliar uma vacina para crianças. Isto se aplica não apenas para as vacinas de COVID-19, mas para as vacinas de modo geral, incluindo a vacina contra a gripe. Bebês de seis meses ou mais devem receber a vacina da gripe todos os anos, mas algumas crianças de seis meses a oito anos de idade podem precisar de duas doses para maior proteção. Isto se deve às diferentes respostas do sistema imunológico em diferentes idades. Ainda assim, estão em andamento testes clínicos para uma vacina contra COVID-19 para crianças e, embora possa levar algum tempo para receber os dados e produzir uma vacina, é uma notícia promissora.

Devido a todos os desafios com os sistemas imunológicos infantis e os protocolos de proteção e segurança em ensaios clínicos, uma vacina COVID-19 para crianças ainda levará algum tempo para ser desenvolvida e devidamente testada e aprovada para o uso abrangente. Entretanto, é importante notar que alguns países recentemente começaram a vacinar sua população pré-adolescente/adolescente entre 12 a 17 anos, a depender das regras vigentes de cada país. É altamente provável que em breve os ensaios de vacinas pediátricas fornecerão dados críticos de segurança e nos ajudarão a entender melhor a resposta imunológica da vacina em crianças. Até que tenhamos uma vacina para crianças, devemos nos lembrar de seguir as precauções de segurança que todos nós já estamos familiarizados. Isto significa usar máscaras faciais, lavar nossas mãos, evitar multidões e manter distância física dos outros.

COVID-19: Pergunte ao Dr. Ben

#33 – REGIÃO AFRICANA – 12 JULHO 2021



SE HOUVER DÚVIDAS OU RUMORES ESPALHADOS EM SEU PAÍS, CONTATE MATHEUS.BIZARRIA@IFRC.ORG E
PODEMOS TENTAR ENDEREÇÁ-LOS NESTA FOLHA DE DADOS.