

Vacinações contra COVID durante a gravidez e amamentação
Sessão de Perguntas e Respostas ao Vivo - Dia 9 de Setembro de 2021
Resumo

Este evento tem como objetivo dar-lhe informações de reconforto e também para lhe dar a oportunidade de fazer qualquer pergunta que tenha relativamente à vacinação contra a COVID-19 durante a gravidez.

- **Suzanne Meredith**, Diretora Auxiliar de Saúde Pública no Norfolk County Council
- **Tracy Williams**, Enfermeira de Prática Avançada e membro do corpo administrativo do CCG, responsável pela pasta de resolução de desigualdades
- **Nicola Lovett**, Parteira-chefe do Norfolk and Waveney Local Maternity and Neonatal System (LMNS)
- **Dr Sarah Flindall**, médica de família parceira em Great Yarmouth na East Norfolk Medical Practice, e conselheira clínica para o LMNS

O quadro nacional (Suzanne Meredith):

O último aconselhamento informa que as vacinas contra a COVID-19 são recomendadas em casos de gravidez; as mulheres grávidas são encorajadas a receber a vacina visto que se trata da melhor forma de as proteger contra a COVID-19 e os seus efeitos.

Observamos crescentes pesquisas e provas de que números significativos de mulheres grávidas no Reino Unido e em outros países como os EUA receberam a vacina em segurança e sem efeitos adversos graves para elas ou para os seus bebés, portanto temos provas reais de que a vacina é segura.

Estamos também a observar provas crescentes do sistema de vigilância obstétrico Reino Unido, o sistema que monitoriza inúmera informação sobre todos os casos de gravidez e respetivos resultados, revelando que, durante os meses de maio, junho e julho deste ano, de todas as mulheres hospitalizadas devido a complicações por COVID durante a gravidez, 98% destes mulheres não eram vacinadas. Não houve nenhuma mulher grávida com ambas as doses da vacina admitida ao hospital durante este período. Trata-se de sinais realmente positivos de que a vacina está a funcionar e a proteger as mulheres, e também que a vacinação dupla é realmente eficaz.

O vírus está agora a espalhar-se mais amplamente nas nossas comunidades. À medida que voltamos a ter uma vida normal, há uma maior probabilidade de apanharmos a doença nos locais que frequentamos. A maior parte das mulheres grávidas com COVID geralmente terá sintomas muito ligeiros, mas um número pequeno, embora crescente, de mulheres grávidas têm COVID-19 com efeitos graves - associados a complicações na gravidez com consequências bastante graves também. Isto chamou a atenção de

peritos de confiança por todo o país, inclusive pessoas ligadas ao Royal College of Obstetrics and Gynaecology e Royal College of Midwives. Estas pessoas estão a recomendar que todas as mulheres grávidas sejam vacinadas, visto que a vacinação é a melhor forma de reduzir o risco de contrair COVID-19 e de ficar gravemente doente caso tal acontecer.

Temas locais controversos (Dr Flindall):

Seguem-se algumas perguntas que me fazem durante as minhas consultas e que lhe poderão estar atualmente a preocupar.

P: O meu bebé será afetado pela vacina?

R: Sim, mas de uma forma muito positiva. Nós sabemos que, à medida que avança pelo seu período de gravidez, o seu risco também aumenta. Se for vacinada, este risco é consideravelmente reduzido. Se lhe mantemos segura a si, também mantemos seguro o seu bebé. Há a vantagem de que, ao vacinar-se, criará anticorpos que também irão proteger o seu bebé antes de este nascer - ajudando o seu sistema imunitário em desenvolvimento - que você poderá melhorar ainda mais durante a amamentação nos primeiros dias seguintes.

P: Não seria melhor esperar até que o meu bebé nasça?

R: Não, por favor não espere - já vacinamos milhões das pessoas em todo mundo e precisamos que você seja vacinada agora devido a todos os motivos que eu acabei de explicar. Precisamos que esteja protegida desde o início da sua gravidez e precisamos de saber que o seu bebé terá alguns anticorpos para protegê-lo.

P: Que efeitos secundários poderei ter depois de receber a vacina?

R: Sabemos que mais de 150,000 mulheres grávidas já foram vacinadas em países como os Estados Unidos. A nossa previsão, em termos de efeitos secundários, seria a mesma que para qualquer outra pessoa com idade semelhante que não estivesse grávida. Sendo assim, sentirá dores no braço, que parecerá um pouco mais pesado para levantar, e poderá sentir-se algo quente e cansada. São os mesmos efeitos que poderia ter ao receber a vacina da gripe e a vacina da tosse convulsa, ambas as quais recomendaríamos - e que já recomendamos há muitos anos - para mulheres grávidas.

P: A vacina foi desenvolvida muito rapidamente e não foi testada em mulheres grávidas. Como podemos saber que a vacina é segura?

R: Esta espécie de vacina foi a mais pesquisada e a mais amplamente discutida a nível governamental, científico e da comunicação social, do que qualquer outra intervenção médica anterior. Sabemos, portanto, que o resultado é tão bom quanto possível, pelo que estamos prontos a oferecê-lo ao público. E você não faz parte de um grupo de ensaio - nós já testamos isto em várias centenas de milhares de mulheres. Sendo assim, podemos confirmar que é seguro.

P: Devo amamentar se eu tomar a vacina?

R: Sim, deve amamentar depois de tomar a vacina. Sabemos que é segura e sabemos que foi testada, e sabemos também que ajudará a protegê-la a si e à sua criança.

P: A vacina afetar a minha fertilidade no futuro?

R: O impacto a longo prazo sobre a fertilidade foi discutido, pelo que há estudos feitos em animais, com uma taxa de reprodução muito mais rápida, cujos resultados demonstram não haver qualquer alteração de ADN no ovulo ou no esperma, nem qualquer impacto conhecido em termos de fertilidade. Para colocar isto em perspectiva, conhecemos o impacto positivo de escolher um estilo de vida saudável e também o impacto negativo de outras escolhas na vida, sobre a fertilidade.

Perguntas do público:

P: O que recomendam para mulheres que receberam a primeira dose de Astra Zeneca antes de engravidarem? Tenho dificuldades em encontrar garantias concretas em termos de segurança da vacina durante a gravidez, pelo que me disseram que preciso da segunda dose de Astra Zeneca apesar disto.

R: **Tracy Williams** - estamos atualmente a recomendar que as pessoas recebam ambas as doses da mesma vacina, visto que tal lhe produzirá o número máximo de anticorpos para a sua segurança e proteção contra a COVID-19. As vacinas foram estudadas em todo mundo e nós sabemos que as mesmas são seguras. No entanto, tais estudos não foram feitos com grávidas. Apreciamos as preocupações que as pessoas têm levantado relativamente à vacina Astra Zeneca, pelo que estamos agora a oferecer também as vacinas Pfizer e Moderna. Tendo já recebido uma dose da vacina Astra Zeneca sem qualquer problema, pode ficar descansada que não terá efeitos secundários graves com a segunda.

P: Que dados existem que comprovam que a vacina é 100% segura para a mãe e para o bebé?

R: **Suzanne Meredith** - já falamos algumas vezes sobre a segurança da vacina – sabemos que quando os estudos originais foram feitos, estes não incluíram mulheres grávidas porque os estudos geralmente não envolvem mulheres grávidas. Desde então, foram apresentados dados reais e pesquisas adicionais sobre quaisquer efeitos adversos numa grande população, particularmente nos Estados Unidos. Mais de 148.000 mulheres grávidas foram vacinadas nos Estados Unidos, mais de 62.000 na Inglaterra e mais de 4000 na Escócia. Existe também um sistema em funcionamento para garantir que qualquer efeito secundário é registado e comunicado, com pessoas a rever constantemente os dados à procura de algo capaz de levantar preocupações. Não tem aparecido nenhum efeito secundário grave, portanto estamos confiantes de que a vacina é segura. Caso surja algum problema, há um sistema de reserva que é continuamente monitorizado também.

P: Estou grávida. Onde poderei receber a vacina? Há algum local de preferência?

R: Nicola Lovett - pode receber a sua vacina em qualquer local de vacinação, mas se estiver ansiosa e pretender falar primeiro com uma parteira, todos os nossos três hospitais Trust oferecem sessões com vacinadores presentes nas suas clínicas natais, portanto eu sugeria que fale com a parteira ou clínica para saber da sua disponibilidade. Pode também solicitar um passe rápido – a sua parteira pode dar-lhe um cartão vermelho que pode usar para ir para a frente da fila nos centros de vacinação presentes nos hospitais. Porém, se não for possível deslocar-se ao hospital, pode receber a sua vacina em qualquer um dos locais designados em Norfolk e Waveney. Vão-lhe perguntar se está grávida - e se tiver mais perguntas, pode pedir-lhes para contactarem uma das nossas parteiras do LMNS. Poderá haver uma pequena demora, mas iremos ligar-lhe de volta.

P: Estou atualmente a tentar engravidar. Já recebi a minha primeira dose da vacina contra a COVID-19, mas devo adiar a minha gravidez até depois de receber a segunda dose?

R: Tracy Williams - deve receber a segunda dose da vacina logo que possível, incluindo durante as fases iniciais da gravidez, para que se mantenha protegida.

P: Posso receber a vacina durante tratamento de FIV?

R: Sarah Flindall - de acordo com a Royal College of Obstetrics and Gynaecology, a resposta é afirmativa. Porém, se já tiver uma equipa clínica, seria provavelmente melhor simplesmente discutir isto brevemente com eles.

P: O que devo fazer se eu desenvolver uma reação à vacina?

R: Nicola Lovett - Se se tratar de uma reação leve como sentir o "braço pesado" ou uma pequena dor de cabeça, então basta tomar paracetamol e deitar-se um pouco mais cedo essa noite. Se for uma reação grave acompanhada de uma erupção cutânea, e sentir-se particularmente doente, então deve avisar o seu médico de família e registar o sucedido.

P: Estarei mais em risco de coágulos sanguíneos se eu receber a segunda dose da vacina Astra Zeneca enquanto estiver grávida?

R: Sarah Flindall - Quando surgiu o tema dos coágulos sanguíneos, essa era uma das perguntas que todas as pessoas faziam. Nós sabíamos que estatisticamente as mulheres grávidas eram mais propensas a desenvolverem coágulos, mas tal não chegou a ser provado - e os casos envolvendo coagulações parecem ser aleatórios e ligados ao sistema imunitário. Reconhecemos também que o risco de coagulação está relacionado com a própria infeção por parte do coronavírus. Sendo assim, a resposta curta seria não. A vacina Astra Zeneca foi mais recentemente reservada para uso na faixa etária mais idosa, com a da Pfizer e Moderna usadas nas camadas mais jovens. A recomendação para todos os jovens que receberam a primeira dose da vacina Astra Zeneca seria receberem a segunda dose da mesma vacina, visto que não foram apresentados problemas até ao momento.

P: Como sabemos se o bebé teve uma reação alérgica?

R: Tracy Williams - creio que a pergunta é a mesma coisa como perguntar se o bebé terá uma reação alérgica a qualquer outra coisa antes de nascer? As vacinas funcionam da seguinte forma: fazem com que o seu corpo produza anticorpos - portanto a vantagem aqui é que, antes de nascer, o bebé terá anticorpos que recebe diretamente por parte da mãe. É certo que para casos atuais de gravidez estamos a usar as vacinas mRNA (Pfizer e Moderna) e sabemos que isto apenas é retido no seu corpo durante um período muito curto de tempo enquanto tais anticorpos são produzidos. No entanto, monitorizar um bebé antes de nascer quanto a possíveis reações alérgicas à vacina não é algo que é feito. Se estiver a amamentar depois de ter recebido a vacina, estará também a passar os seus anticorpos. Nós não esperaríamos que o seu bebé tivesse qualquer reação alérgica durante a fase de amamentação.

R: Nicola Lovett - depois de o bebé nascer, estamos sempre a monitorizar a sua saúde geral. Se recebeu a vacina durante a amamentação, não esperaríamos que o bebé sofresse qualquer reação alérgica. E a coisa realmente interessante sobre o leite materno é que foram encontrados anticorpos da vacina neste leite, assim o bebé está efetivamente a ser protegido do vírus. Os efeitos resultantes estão ainda por comprovar - nós não sabemos se isto protege os bebés de contrair o vírus mais tarde na vida. Precisamos de ter sempre cautela com bebés, visto que depois de nascerem ficam expostos a muitas coisas diferentes, portanto se achar que o seu bebé está doente, procure ajuda do seu médico de família, da sua parteira ou do seu visitante de saúde.

Está disponível informação sobre vacinas contra a COVID-19 e a gravidez, amamentação e fertilidade em <https://www.justonenorfolk.nhs.uk/covid-19-coronavirus-faqs/covid-19-vaccinations>. Pode visualizar uma gravação da sessão de perguntas e respostas ao vivo aqui, no separador "Gravidez e Amamentação".

Vacinas de Reforço – começarão a ser disponibilizadas vacinas de reforço contra a COVID em Norfolk e Waveney a partir de 20 de setembro de 2021, de acordo com as diretrizes nacionais da JCVI. Trata-se de uma terceira dose adicional da vacina, dada não antes de seis meses após a primeira fase da vacinação, de forma a garantir uma proteção contínua durante o inverno. Se estiver grávida e lhe for oferecida uma vacina de reforço, por favor tome-a. Toda a informação aqui contida é também pertinente ao programa de reforço. O NHS irá contactar-lhe quando for a sua vez.

Pode encontrar mais informação aqui:

<https://www.norfolkandwaveneyccg.nhs.uk/covid/booster-third-dose-covid-vaccinations>