

A VACINAÇÃO DE 5 A 11 ANOS CONTRA A COVID-19

Ferramenta para pais e famílias com o intuito de auxiliar a tomada de decisão no contexto de vacinação de 5-11 anos contra a COVID-19 no Québec

Portugais

RESUMO DOS CONHECIMENTOS CIENTÍFICOS DISPONÍVEIS

A COVID-19 e as crianças de 5 a 11 anos

- Os problemas médicos associados à COVID-19 para as crianças de 5-11anos não são severos - Em 35 000 casos desde o início da pandemia no Quebec, tivemos 52 hospitalizações e nenhuma morte (dados de out. 2021). Aqueles de 5-11 anos foram, contudo, o grupo de idade com mais casos em 100 000 pessoas durante a 4a onda.
- Sintomas frequentes - febre, tosse, perda do olfato, cansaço
- Complicações possíveis - dificuldade de respirar, confusão, dores no peito
- A síndrome inflamatória multisistêmica da criança (SIME) - Uma consequência muito rara mais grave na COVID-19 que aparece algumas semanas após a infecção: esta reação imunitária ataca alguns órgãos (cérebro, rins, fígado, pele, coração). No Canadá, 6 casos com hospitalização em 100 000 crianças foram identificados (entre março de 2020 e maio de 2021).
- COVID-longa - A existência da COVID longa em crianças não é clara: 1 a 4% das crianças que tiveram a COVID-19 apresentaram sintomas persistentes compatíveis com a COVID longa (cansaço, fraqueza, dificuldades de sono, dificuldade de respirar e de se concentrar), mas não ficou comprovado que estes sintomas sejam causados pela COVID-19.
- Outros impactos nas crianças - A pandemia e as medidas sanitárias afetam a organização da escola, da família, das atividades extraclasse, podendo ter um impacto negativo na saúde mental, no desenvolvimento psicossocial e no sucesso escolar de algumas crianças.

Vantagens de vacinar as crianças contra a COVID-19

Mesmo que os problemas médicos associados à COVID-19 na faixa de 5-11 anos não sejam severos, vacinar as crianças traz as seguintes vantagens:

- Proteção com eficácia de 90,7% para criança contra a doença com a vacina Pfizer-BioNTech (Comirnaty).
- Diminuição do risco de que a criança desenvolva uma forma grave da doença, do SIME (e possivelmente da COVID longa).
- Diminuição do risco de que a criança transmita a doença, o que protege as pessoas vulneráveis e ajuda a diminuir a circulação do vírus na comunidade e os riscos de mutação do vírus em novas variantes.
- Redução dos riscos de transmissão na escola, o que diminui o fechamento das classes e outros inconvenientes para as crianças, as famílias e as escolas.
- Melhora da saúde mental e diminuição da ansiedade em algumas crianças e pais.
- Possível melhora no desenvolvimento do percurso escolar da criança graças à frequência escolar e à socialização constantes.

A VACINAÇÃO DE 5 A 11 ANOS CONTRA A COVID-19

Certas crianças teriam maior necessidade de serem vacinadas do que outras?

As crianças imunodeprimidas ou com problemas de saúde crônicos têm um risco ligeiramente mais elevado de infecção grave para a COVID-19, o que poderá trazer um resultado particularmente benéfico com a vacinação.

Uma criança que já teve a COVID-19 deverá ser vacinada?

Ter tido a doença reduz os riscos de desenvolver nova infecção, mas a duração desta proteção é incerta. É recomendado dar uma dose da vacina nas crianças que já tiveram a doença (pelo menos 8 semanas após terem tido a doença) como forma de aumentar a resposta imunológica e prolongar o período de proteção.

Efeitos secundários possíveis após a vacinação

- Efeitos benignos nos primeiros 2-3 dias: vermelhidão, dor ou inchaço no local da injeção, gânglios nas axilas, reações sistêmicas (febre, cansaço, dor de cabeça, dores musculares). As reações sistêmicas são mais leves com a dose pediátrica dada aos 5-11 anos (10µg em vez de 30µg).
- Em 14 dias, baixíssimo risco de miocardite ou pericardite (inflamação do músculo ou do envoltório do coração, com sintomas como dor no peito, palpitações, falta de fôlego, cansaço, febre). Na faixa de 12-17 anos, no Quebec, houve 3 casos de miocardite por 100 000 doses da vacina, sobretudo nos meninos de 16-17 anos depois da 2ª dose. Os casos foram leves e responderam bem ao tratamento e ao repouso, e os sintomas foram de curta duração. Dados no país mostram um risco mais baixo com um intervalo de pelo menos 8 semanas entre as duas doses.
- Entre as 3 000 crianças de 5-11 anos vacinadas durante o ensaio clínico da Pfizer-BioNTech, nenhum caso de miocardite ou pericardite foi identificado. Mesmo se a amostra é pequena para excluir riscos, é razoável acreditar que este risco seja ainda menor do que na faixa dos 12-17 anos. Em todos os casos, o monitoramento intensivo e contínuo dos efeitos secundários da vacina (farmacovigilância) prossegue.

Podem existir efeitos secundários da vacina sobre as crianças a longo termo?

- Nenhum estudo mostrou que qualquer vacina possa ter efeitos secundários anos após ter sido administrada. Os efeitos secundários de uma vacina aparecem nas primeiras semanas ou meses após a administração. Espera-se que seja similar com as vacinas do tipo ARN mensageiro.
- A tecnologia ARN mensageiro é utilizada há anos na medicina. É uma fórmula dada ao nosso corpo para desenvolver anticorpos contra um vírus. O ARNm não transforma nosso material genético. O corpo elimina o ARNm em algumas horas, deixando apenas anticorpos desenvolvidos pelo corpo prontos para combaterem o vírus.
- Depois de dezembro de 2020, centenas de milhões de vacinas ARN mensageiro foram administradas e as reações indesejáveis são profundamente analisadas.



A VACINAÇÃO DE 5 A 11 ANOS CONTRA A COVID-19

DECIDIR-SE A RESPEITO DA VACINAÇÃO DE SEU FILHO

Como tomar a melhor decisão para o seu filho? Sugestões :



EM PRIMEIRO LUGAR

- Ter confiança de que, como pais, desejamos tomar a melhor decisão para a saúde presente e futura de nossos filhos à partir dos conhecimentos disponíveis.
- Aceitar que nossas emoções e nossas experiências pessoais, familiares ou coletivas vivenciadas com a vacinação ou com o sistema de saúde podem influenciar nossa decisão e nos levar a adotar uma posição diferente dos outros.
- Reconhecer que nossas emoções, nossas posições e nossas decisões podem mudar com o tempo.



SE INFORMAR

- Utilizar as fontes de informações mais confiáveis (veja recursos mais abaixo).
- Se necessário, expor suas preocupações a um profissional da saúde de sua confiança.



PESAR PRÓS E CONTRAS

- Enquanto pais, nós fazemos sempre uma análise das vantagens e dos inconvenientes antes de tomar uma decisão para nossos filhos ou nossa família e isto não é diferente para a vacinação de nossos filhos contra a COVID-19.
- A forma como compreendemos as vantagens e os inconvenientes varia de um pai para outro e de uma família à outra. Devemos respeitar estas diferenças, que são ligadas a referências, experiências e histórias familiares extremamente diversificadas.
- É importante se dar tempo para refletir e respeitar o seu próprio ritmo.



DIALOGAR

- Discutir com as pessoas próximas as nossas preocupações, num ambiente de confiança e de respeito às diferenças.
- Em caso de desacordo, escutar sem tentar convencer e não julgar as preocupações ou as escolhas.
- Favorecer os laços que nos unem além das divergências. Nós podemos viver com eles como o fazemos com outros tipos de divergências (políticas, linguísticas, religiosas, esportivas, musicais etc.).



PRIVILEGIAR UMA POSIÇÃO COMUM ENTRE OS PAIS

- Favorecer o diálogo entre os pais de uma mesma família, a buscar auxílio de mediação, se necessário, para chegar à uma posição comum que protegerá os filhos de conflitos e preservará os laços familiares.
- Se não for possível haver um acordo, explicar à criança que seus pais não pensam da mesma forma, mas que os dois o amam e querem o seu bem. Em caso de desacordo, o tribunal pode tomar a decisão, mas isto é habitualmente muito desgastante para a criança que está no meio do conflito.



FALE COM O SEU FILHO

- Converse com seu filho sobre o papel das vacinas de uma forma adaptada a sua idade (veja recursos abaixo).
- Assegure que, enquanto pais, nós tomamos a decisão que acreditamos ser a melhor para ele, mesmo se outros pais tomam decisões diferentes.
- Ouvir e acalmar seu filho com relação a seus possíveis medos (medo de transmitir a doença, medo de agulhas e seringas, medo de ficar mal, medo dos efeitos secundários da vacina, e no caso da decisão de não o vacinar, medo de ser julgado ou excluído).
- Se possível, faça com que seu filho se sinta incluído na decisão da família.
- Se a decisão for de vacinar, e se a criança o desejar, fale com ela de forma a diminuir seus medos no dia da vacinação (estar com um parente ou amigo, abordar assuntos que ele goste, se distrair com um livro ou outro objeto, ir a uma clínica onde haja zooterapia).



RESPEITAR AS ESCOLHAS DAS OUTRAS FAMÍLIAS

- A escolha dos outros pais é legítima e deve ser respeitada tanto quanto a sua, mesmo se ela for diferente e que ela possa nos preocupar ou incomodar.
- Apesar das possíveis divergências, permaneça benevolente e empático e priorize a manutenção dos vínculos.
- Os diferentes posicionamentos a respeito da vacinação podem provocar tensões e ocasionar impactos sobre as crianças (conflitos de lealdade, sentimentos de exclusão, intimidação, silêncio, estigmatização, perdas de amizades). É importante proteger as crianças destas possíveis tensões, não adotando uma atitude categórica sobre a vacinação, não fazendo discursos moralizadores ou de culpabilização e respeitando a escolha dos pais, independente de qual for.

A VACINAÇÃO DE 5 A 11 ANOS CONTRA A COVID-19

RECURSOS PARA AS CRIANÇAS SOBRE A VACINAÇÃO CONTRA A COVID-19

Vídeos

Squat Télé-Québec, *Le vaccin à ARN messenger*

<https://squat.telequebec.tv/videos/13712>

Squat Télé-Québec, *La peur des vaccins*

<https://squat.telequebec.tv/videos/13658>

Les guerriers de l'immunité, BD développée par Dr. Wilson, Ottawa

https://daks2k3a4ib2z.cloudfront.net/590b8e49d2de1d32ccaefb53/59c12b021de2e0000153471f_immunity_warriors_french-compressed.pdf

For younger kids: Just a Vaccine, by Southern Ohio Medical Center

<https://www.youtube.com/watch?v=aiXDWFBJ7I>

Valiant Vaccine Versus the Vicious Virus, by Dr. Dery and Dr. Griggs

<https://www.youtube.com/watch?v=VQiESFpg65g>

Perguntas-respostas

Les Débrouillards, *Vaccin contre la COVID-19*

<https://www.lesdebrouillards.com/quoi-de-neuf/vaccination-des-enfants-contre-la-covid-19-on-repond-a-vos-questions/>

Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), Vaccination contre la COVID-19 chez les jeunes âgés de 5 à 11 ans

<https://www.inspq.qc.ca/covid-19/vaccination/5-11ans>

Doctor Answers Kids' Questions about COVID Vaccine, CBC Kids

<https://www.cbc.ca/kidsnews/post/watch-doctor-answers-questions-about-covid-19-vaccine-for-kids-under-12> (video)

How to Handle Your Shots Like a Champ, by Kids boost immunity

<https://kidsboostimmunity.com/champ> (info and video)

COVID-19 Vaccine FAQ (5-11 year-olds), Sick Kids Hospital, Toronto

<https://www.aboutkidshealth.ca/Article?contentid=4001&language=English>

AGENDAR UM HORÁRIO

A vacina contra a COVID-19 é gratuita e acessível a todos, pouco importa o estatuto, com ou sem a carteira de saúde (carte RAMQ). As crianças de 5 a 11 anos podem ser vacinadas em clínica de vacinação (com ou sem hora marcada) ou na escola.

Se você tiver perguntas sobre a vacinação em crianças de 5-11 anos, consulte

quebec.ca/vaccinjeune

Para agendar um horário, vá ao Portail Clic Santé

portal3.clicsante.ca

ou ligue

1 877 644-4545