



## REGIÃO AFRICANA



## APOIANDO PESSOAS EM SOFRIMENTO NA VACINAÇÃO DE COVID-19

### Um guia básico para funcionários e voluntários da Sociedade Nacional

Adaptação para a Região das Américas

**Março 2021**

*Esta guia foi traduzida ao Português com o apoio da Cruz Vermelha Brasileira e revisada pelo centro de referência de APS da FICV Junho 2021*

***Apoiando pessoas em sofrimento na Vacinação de COVID-19***

## **Introdução:**

O lançamento da vacinação contra a COVID-19 em países de todo o mundo apresenta a esperança de um possível fim para a disseminação devastadora da COVID-19, que tem causado perturbações sem precedentes no modo de vida normal das pessoas. Embora a notícia do início da vacinação tenha sido recebida com entusiasmo em muitos países, por outro lado, criou certa ansiedade, medo e desconfiança entre setores da população.

Este guia é, portanto, desenvolvido para apoiar a equipe da Sociedade Nacional e os voluntários envolvidos na implantação da vacina, com dicas úteis de como apoiar as populações-alvo da vacinação para controlar seu estresse antes, durante e depois de receber a vacina.

## **Estresse relacionado à implantação da vacinação COVID-19**

A implantação das vacinas contra a COVID-19 pode criar estresse não apenas para os profissionais de saúde que as administram, mas também para o público-alvo que recebe as dosagens das vacinas.

- Medo de que a vacina possa causar efeitos colaterais negativos aos receptores
- Medo de que as pessoas mais vulneráveis não sejam alcançadas
- Incerteza sobre se toda a população será vacinada.
- Incerteza sobre se, após receber uma vacina, as pessoas não adquirirão COVID-19
- Rumores contínuos e desinformação nas redes relacionados aos perigos da vacina
- Desconfiança geral e hesitação sobre o processo de vacinação

### **Apoiando o público-alvo antes de receber a vacina**

- Forneça informações atualizadas, consistentes e corretas sobre a vacina; fatos sobre a vacina como parte da comunicação de risco e envolvimento da comunidade (RCCE).
- Explique corretamente os critérios de seleção para as diferentes populações-alvo para vacinação, conforme aprovado pelo Ministério da Saúde.
- Explique claramente os dias, horários e locais de vacinação
- Explique os protocolos a serem seguidos durante a vacinação.
- Esteja disponível para esclarecer dúvidas, consultas e dúvidas relacionadas à vacinação (pode ser à distância ou presencial).
- Peça à população para ficar calma, evitando rumores e desinformação
- Explique à população a importância de buscar fatos de fontes confiáveis; como unidades de saúde ou organizações voltadas para a promoção da saúde.
- Se possível, apoie e facilite a transferência e mobilização para os postos de vacinação de pessoas com algum tipo de dificuldade que impeça a sua mobilidade (idosos, pessoas com mobilidade reduzida e etc.)

### ***Apoiando pessoas em sofrimento na Vacinação de COVID-19.***

**Apoiando o público-alvo durante a vacinação**

- Dê as boas-vindas às pessoas ao local para a vacinação, se apresente e providencie espaço adequado para a permanência enquanto as pessoas aguardam.

- Garanta que as pessoas observem os protocolos de prevenção de COVID-19 na prática, usando máscaras, higienizando, mantendo distância física adequada, etc.
- Explicar o procedimento de vacinação no local, por exemplo, apresentando os vacinadores, explicando sobre a vacina, explicando as diferentes etapas a seguir ao tomar a vacina, como a vacina será administrada, os efeitos colaterais e reações mais comuns e etc.
- Esclareça desinformação e rumores que as pessoas possam ter sobre a vacina
- Observe se alguma pessoa está se sentindo tensa, com medo ou ansiosa
- Aproxime-se da pessoa e ajude-a a sentir relaxada e calma.
- Ouça atentamente as perguntas, medos e preocupações das pessoas sobre a vacinação, forneça informações para minimizar os medos
- Ajude a pessoa a ganhar senso de controle e estar pronta para receber a vacina.
- Observe as pessoas que podem manifestar medo e ansiedade elevados e forneça o apoio adequado e/ou encaminhe para um melhor tratamento.

***Se você observar que a pessoa está com muito medo***

- *Aborde a pessoa com respeito*
- *Pergunte se a pessoa tem alguma preocupação e precisa de ajuda*
- *Ouça com atenção*
- *Se mostre disponível e ajude a pessoa a se sentir calma*
- *Forneça informações relevantes conforme solicitado*
- *Ligue para o profissional de saúde se as perguntas estiverem além de sua capacidade.*

**Apoiando o público-alvo depois da vacinação**

- Normalmente, após receber a vacina, a pessoa é solicitada a permanecer no local por cerca de 30 minutos enquanto os profissionais de saúde observam a reação da pessoa à vacina.
- Explique que é normal que uma pessoa se sinta ansiosa imediatamente após tomar a vacina, mas isso diminui com o tempo.
- Diga às pessoas para ficarem calmas e relaxadas.
- Esteja disponível para monitorar como as pessoas vacinadas podem estar reagindo à vacina
- Responda às perguntas, comentários ou dúvidas de qualquer pessoa com respeito e dignidade
- Forneça os dados de contato do profissional de saúde (vacinador) no caso de uma pessoa precisar de mais apoio.
- Forneça informações práticas às pessoas vacinadas sobre como monitorar suas reações corporais, se houver, e como entrar em contato com um profissional de saúde para obter apoio.
- Explique os protocolos de manejo dos efeitos adversos pós-vacinação fornecidos pelo Ministério da Saúde.
- Se possível, faça um acompanhamento (telefonando ou visitando fisicamente) as pessoas vacinadas para saber como estão lidando com a situação e forneça suporte adicional em conformidade.

***Apoiando pessoas em sofrimento na Vacinação de COVID-19.***

## **Estratégias de autocuidado**

Ouvir as frustrações e a raiva das pessoas devido a rumores ou procedimentos de vacinação pode ser estressante para o trabalhador de saúde ou voluntário. Gerencie seu próprio bem-estar e proteja sua saúde mental:

- Obtenha dados adequados sobre a vacina e o processo de vacinação com antecedência para que você possa responder às perguntas relacionadas sem medo e pânico.
- Proteja-se do COVID-19 seguindo as medidas preventivas adequadas
- Tenha um tempo para você, descanse quando se sentir exausto e cansado
- Faça boas refeições e coma na hora certa
- Trabalhe em equipe tanto quanto possível para apoiar uns aos outros quando necessário.
- É normal dizer "chega por hoje".
- Se você está dominado por emoções, converse com alguém em quem você confia ou dê uma arejada (saia com amigos, veja um filme, pratique um esporte e etc.).
- Consulte o profissional de saúde sobre quaisquer perguntas ou dúvidas além de sua capacidade de administrar.

### **Principais dicas de autocuidado:**

- *Saiba o que pode causar estresse a você mesmo*
- *Certifique-se de observar as medidas preventivas e se sentir seguro*
- *Tenha informações e fatos sobre vacinação*
- *Descanse quando se sentir exausto*
- *Faça uma boa refeição*
- *Fale com alguém em quem você confia se estiver dominado por emoções*
- *Fale com seu gerente se precisar de mais ajuda.*

**End**