

Octubre

# Guia de vacunació contra la COVID-19

Descobreix la guia  
**en altres idiomes**

**Aquí**



/Salut



**Generalitat  
de Catalunya**

# Índex de la guia

- 1 Abans de vacunar-te
- 2 El dia de la cita de vacunació
- 3 Després de la vacunació
- 4 Per acabar...
- 5 Necessites més informació?



**Aquest document conté apartats amb enllaços.**

Cada apartat de l'índex redirigeix al lloc on es troba l'apartat en qüestió dins del document i on trobaràs les preguntes amb la seva resposta pertinent.

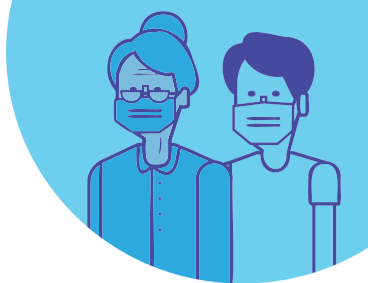
## Introducció

La vacunació contra la COVID-19 té com a finalitat arribar a la immunitat de grup, que permetrà posar fi a la pandèmia.

Des del Departament de Salut i el Servei Català de la Salut, hem creat aquesta guia que t'ajuda a conèixer el desenvolupament del procés de vacunació.

## Ens acompanyes?





# 1 Abans de vacunar-te

## 1.1 Les vacunes

- Quina vacuna se m'administrarà?
- Les condicions clíniques especials

## 1.2 La teva cita de vacunació

- Com sabré quan m'he de vacunar?
- Com he de demanar cita?

Consulta la informació específica sobre el procés de vacunació a través de [l'enllaç següent](#)

## 1.1 Les vacunes

Ara per ara, les vacunes són **la millor eina per fer front a la COVID-19**.

És important arribar a la **immunitat de grup** per reduir els contagis, les hospitalitzacions i les morts. També per fer front a les noves variants del virus.

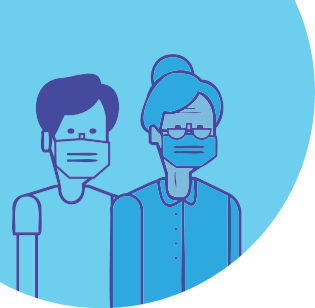
Gràcies al gran esforç d'investigació, disposem de diferents vacunes **aprovades per l'Agència Europea de Medicaments (EMA)**; cadascuna d'elles està indicada en casos específics i poden ser administrades en una o dues dosis.

S'espera, de cara al futur, incorporar-ne de noves.

Totes les vacunes són **gratuïtes per a tots els residents a Catalunya**.

Això inclou les persones sense permís de residència, en situació irregular o sense targeta sanitària individual.





## / Quina vacuna se m'administrarà?

**Dependrà de molts factors**, com de la disponibilitat dels diferents tipus de vacunes i de quines són les indicades per a la teva franja d'edat o per a la teva condició de salut.



La prioritització de vacunació la decideix un grup de treball format per experts de les administracions públiques i de societats **científiques i bioètiques, entre d'altres.**

Des de Catalunya, s'hi participa activament.

**Aquesta prioritització s'ha establert en funció dels criteris següents:**

- / Risc de complicacions greus de la COVID-19 i mortalitat.
- / Risc d'exposició al virus.
- / Impacte sobre la societat i l'economia de la feina que desenvolupen les persones.
- / Risc de transmissió de la malaltia.



## / Les condicions clíniques especials

Algunes condicions de salut, com ara al·lèrgies o factors de risc, s'han de tenir en compte a l'hora de la vacunació.

La majoria de medicacions no afecten l'administració de la vacuna, tret que un professional sanitari indiqui el contrari.

En qualsevol cas, s'ha demostrat que les vacunes contra la COVID-19 són **segures i eficaces** en la majoria de pacients amb patologies prèvies i també en la població en general.

Sí que cal remarcar que, de moment, els **menors de 12 anys no poden vacunar-se** i que l'aprovació de les vacunes per a infants està en fase d'assajos clínics.

## 1.2 La teva cita de vacunació

### / Com sabré quan m'he de vacunar?

Actualment a Catalunya hi ha disponibilitat total de vacunes perquè et puguis vacunar.

Verifica que les teves dades de contacte estan actualitzades a [La Meva Salut](#) perquè és possible que rebis **un SMS per part de /Salut**.

Disposar d'aquesta eina és molt important perquè també podràs descarregar-t'hi l'informe vacunal de la COVID-19 i el certificat COVID digital de la UE.

Si encara no t'has donat d'alta, pots fer-ho ara a [lamevasalut.gencat.cat/alta](https://lamevasalut.gencat.cat/alta).

### / Com he de demanar cita?

Si et vols vacunar, **és imprescindible que abans registris la teva cita** al web [vacunacovidsalut.cat](https://vacunacovidsalut.cat), on pots reservar dia, hora i lloc per vacunar-te, i si ho necessites, també pots modificar la teva cita de vacunació.

En el cas que t'hagis de vacunar amb dues dosis, ens posarem en contacte amb tu per a la segona cita (segons l'interval d'aplicació de la vacuna que se t'ha administrat).

També et pots vacunar en un punt de [vacunació sense cita](#).

## 2 El dia de la cita de vacunació

### 2.1 L'arribada al centre

### 2.2 Roba recomanada

### 2.3 Mesures de protecció

### 2.4 El moment de la vacuna

- La injecció
- Després de la injecció
- La segona dosi

## 2.1 L'arribada al centre

Has d'adreçar-te al punt de vacunació que apareix a la teva cita, amb la teva targeta sanitària (TSI) i el teu **DNI, NIE o passaport**. **També és necessari que portis el comprovant de la cita; si et vacunes en un punt de vacunació sense cita no n'és necessari.**

És preferible que **vinguis només tu**, excepte si creus que pots necessitar l'ajuda d'una altra persona.

## 2.2 Roba recomanada

Et recomanem que portis una peça de roba de màniga curta, **que es pugui arromangar fins a l'espatlla**, o una peça de roba sense mànigues.

Si vols, també pots portar un jersei a sobre, que es pugui treure ràpidament i còmodament.

## 2.3 Mesures de protecció

Per a la teva tranquil·litat, al recinte de vacunació ens **asseguem que es compleixen les mesures** de protecció contra la COVID-19:

/ Ús d'espais oberts o amb ventilació adequada.

/ Respecte de les distàncies.

/ Dispensadors de gel hidroalcohòlic.

/ Ús de mascareta en bon estat i ben ajustada.

/ Control de l'entrada i la sortida.

## 2.4 El moment de la vacuna

### / La injecció



Quan arribes a la zona de vacunació, t'espera **un professional sanitari que ha rebut formació específica** tant de la vacuna que t'administrà com de les pautes sanitàries i higièniques que ha de seguir.

La vacunació es completa en **pocs segons i tant la dosi com l'agulla són petites**, però si tens fòbia a les punxades pots demanar l'ajuda dels professionals que t'atenen.

### / Després de la injecció

Després de rebre la vacuna, **has d'esperar 15 minuts** en el recinte per controlar que no apareguin reaccions immediates.

**En persones amb antecedents** d'una reacció al·lèrgica greu (anafilaxi), es manté un seguiment de **30 minuts** després de la vacunació. Al punt de vacunació hi ha **personal d'urgència i d'informació** que t'acompanyarà en tot el procés.

No dubtis a demanar-los ajuda quan la necessitis.

### / La segona dosi

No totes les persones necessiten dues dosis. Depenent del teu perfil de risc, de la teva edat, de si has patit o no la COVID-19 o de la vacuna que rebis, **és possible que se't convoqui per a una segona dosi**.

Ens posarem en contacte amb tu per programar aquesta segona cita, que és fonamental per completar el teu procés vacunal.



## 3 Després de la vacunació

- 3.1 Efectes secundaris
- 3.2 Com funciona la immunitat?
- 3.3 Immunitat de grup
- 3.4 Temps d'immunitat i variants del virus
- 3.5 Quan hagi completat la pauta de vacunació: he de continuar seguint les mesures?
- 3.6 Justificant vacunal

**Enhorabona!** Ja has rebut una o les dues dosis de la vacuna.

Però encara has de tenir paciència:

**la immunitat no és immediata** i, com passa amb totes les vacunes, pots patir alguns efectes adversos.

La immensa majoria són lleus, si és que es produeixen.

Para atenció al següent punt per conèixer-los i per **detectar quan has de posar-te en contacte amb el teu professional sanitari**, el teu centre d'atenció primària o el 061.

### 3.1 Efectes secundaris

**Els efectes secundaris més habituals són:**



Molèsties al braç on t'han posat la injecció



Cansament



Mal de cap i/o dolor muscular



Febrícula o febre lleu



Si apareixen, els efectes adversos es noten habitualment després de la segona dosi, acostumen a **ser lleus i no duren més d'un o dos dies**.

En qualsevol cas, cada persona reacciona de manera diferent. Si és necessari, i els professionals sanitaris t'ho recomanen, pots prendre **analgèsics**, com ara paracetamol, per mitigar els efectes adversos.

Si aquests símptomes **s'allarguen més de tres dies**, fes-ho saber al teu professional sanitari o al 061.

## Efectes adversos dels quals cal alertar:

Posa't en **contacte al més aviat possible amb el teu professional sanitari o el teu centre d'atenció primària, o bé truca al 061** si presents qualsevol d'aquests símptomes:



Dificultat per respirar



Dolor al pit



Inflor o dolor en un braç o una cama



Mal de cap persistent



Visió borrosa o doble



Múltiples hematomes petits



Taques vermelles o violàcies a la pell

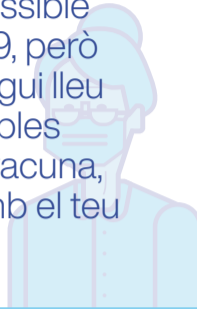


## 3.2 Com funciona la immunitat?

### Immunitat individual

La immunitat **no es produeix immediatament després** de la vacunació. **Triga uns quants dies a assolir-se** de forma completa, i sempre després de la dosi final.

Després de la vacunació, encara és possible que et puguis contagiar de la COVID-19, però és altament probable que la infecció sigui lleu o molt lleu. Si tens símptomes compatibles amb la COVID-19 després de rebre la vacuna, has d'aïllar-te i posar-te en contacte amb el teu professional sanitari.



## 3.3 Immunitat de grup

Es considera que la immunitat de grup s'assoleix quan la immensa part de la població està vacunada o té anticossos després d'haver patit la malaltia.

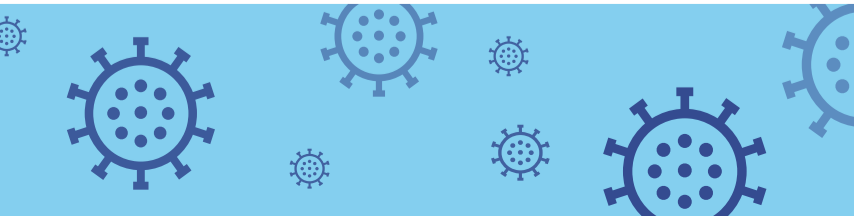
Encara no es pot fer una predicció de quan arribarem a aquest escenari i, en qualsevol cas, les restriccions només es retiraran quan les autoritats competents valorin el risc i considerin que és mínim.



## 3.4 Temps d'immunitat i variants del virus

Els científics treballen per obtenir més informació sobre la **durada de la immunitat**, tant de la vacuna com de la infecció natural. El nombre de reinfeccions de COVID-19 és molt baix.

Fins ara, **les vacunes disponibles també protegeixen contra les variants del virus que han estat detectades** en el nostre país.



### 3.5 Quan hagi completat la pauta de vacunació: he de continuar seguint les mesures?

Fins que no assolim la immunitat de grup, és obligatori **mantenir les mesures de prevenció** que determinin les autoritats i **també les de protecció individual** (distància, higiene de mans, ús de mascareta en bon estat, ventilació dels espais tancats, evitar aglomeracions i prioritzar les activitats a l'aire lliure). Mantenir-les ajuda a reduir la circulació del virus.



### 3.6 Justificant vacunal

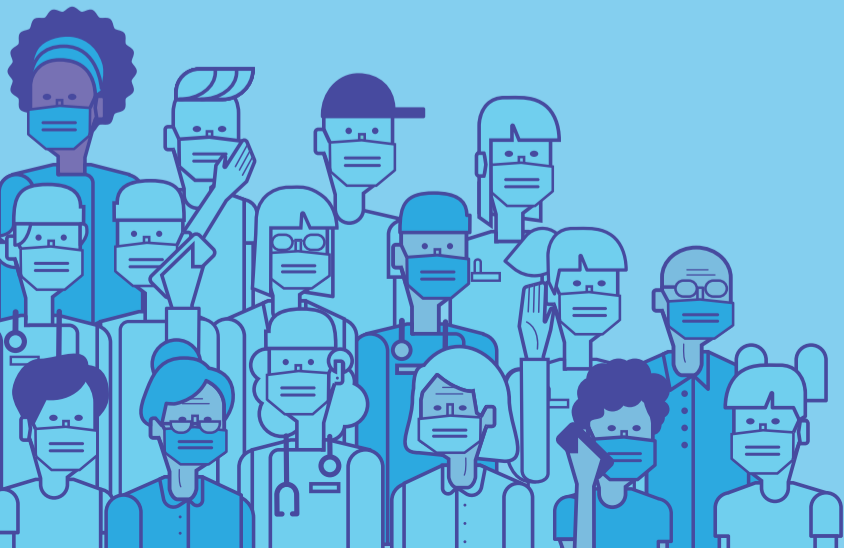
La vacuna es registra en la teva **història clínica**, compartida per tot el sistema sanitari i que pots consultar a través de [La Meva Salut](#).

A l'apartat de «Vacunes i certificat COVID UE» apareixerà un PDF amb totes les vacunes que t'han administrat al llarg de la vida, incloent-hi el **justificant vacunal de la COVID-19**.

A La Meva Salut també trobaràs el certificat COVID digital de la UE.

Si encara no t'has donat d'alta a La Meva Salut, pots fer-ho ara a [lamevasalut.gencat.cat/alta](https://lamevasalut.gencat.cat/alta)

Assegura't de tenir actualitzades les **dades de contacte**, com ara el telèfon mòbil o l'adreça electrònica, per a futures comunicacions del sistema de salut.





## 4 Per acabar...

Les vacunes **no són obligatòries**, però són indispensables per protegir-te i contribuir a la immunitat de grup.

Les agències reguladores internacionals, com l'Agència Europea de Medicaments, n'han aprovat l'ús per la seva **seguretat i eficàcia**.

Si et vacunes, t'estàs **protegit a tu i a tota la societat**.

A més, estàs prevenint l'aparició de noves variants del virus, ja que aquest evoluciona més ràpidament quan la població no està protegida.



## 5 Necessites més informació?

Si et vols vacunar:

Actualitza les **dades personals i de contacte** a [La Meva Salut](#) perquè ens puguem posar en contacte amb tu en cas que sigui necessari o per rebre les convocatòries de vacunació. Si encara no t'has donat d'alta, pots fer-ho a [lamevasalut.gencat.cat/alta](http://lamevasalut.gencat.cat/alta).

/ Per trobar informació actualitzada:

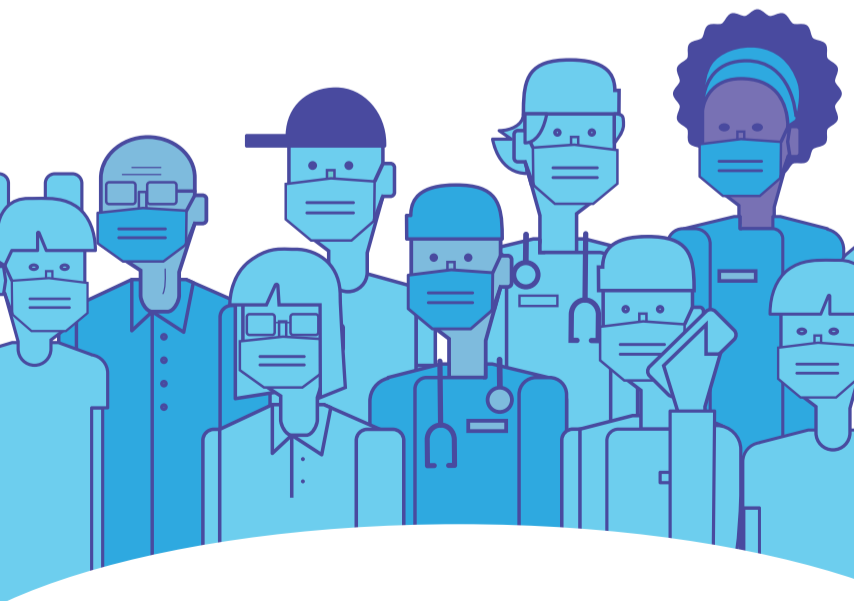
- [Web de la campanya de vacunació.](#)
- [Web del Canal Salut.](#)

Si només vols consultar **informació del procés de vacunació**, obre el document [d'aquest enllaç](#).

Si tens **cap altre dubte**, posa't en contacte amb el **061**.

Segueix-nos a les xarxes socials i **comparteix la teva experiència** de vacunació amb

## #JoEmVacuno #Avancem



/Salut



Generalitat  
de Catalunya