

As vacinas também são importantes para os adultos

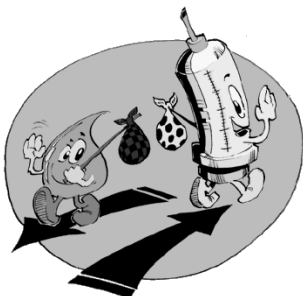


As vacinas estimulam a formação de “defesas” ou anticorpos para proteger o organismo das infeções. Em alguns dos casos, como nas doenças virais ou tétano, a vacina protege contra uma doença para a qual não existe tratamento. Os adultos, ainda que tenham sido bem vacinados na infância, vão perdendo com os anos a capacidade para fabricar defesas. As doses de reforço das vacinas estimulam de novo as defesas e mantêm a protecção.

Em Portugal a maioria das vacinas são gratuitas e estão disponíveis para todos.

O que deve fazer?

- Vacine-se contra o tétano. Se foi vacinado corretamente na infância, apenas necessita de uma dose de reforço em cada 10 anos para estar protegido. A vacina do tétano administra-se junto com a vacina da difteria (numa única injeção).
- A vacina antigripal cada ano é diferente. Proteger-se contra a gripe é uma das medidas preventivas mais eficazes, já que pode evitar o aparecimento de complicações em pessoas com mais de 65 anos ou com doenças crónicas como a diabetes, asma, bronquite crónica ou doenças cardíacas, renais e hepáticas.
- A vacina anti-pneumocócica, para prevenir a pneumonia também é administrada a maiores de 65 anos e a pessoas com alguma doença crónica. Uma única dose costuma ser suficiente.
- As mulheres que desejam engravidar devem saber se estão protegidas contra a rubéola. A rubéola numa mulher grávida pode afetar gravemente o feto.
- As vacinas que são produzidas presentemente são muito seguras. Os efeitos secundários mais frequentes são as reacções inflamatórias no local de injeção. Estas reacções desaparecem em 2-3 dias. Para aliviar o desconforto deve ser colocado algo que esteja bem frio. Em algumas ocasiões podem provocar febre e/ou dores musculares que melhoram com analgésicos e/ou antipiréticos.



Quando consultar o seu Médico de Família ou o seu Pediatra?

- Verifique com a sua enfermeira(o) o seu calendário vacinal: ser-lhe-á indicado as vacinas que lhe faltam. Se você ou algum familiar seu tem alguma doença ou pode ficar grávida é especialmente importante atualizar as vacinas.
- Presentemente há vacinas novas que antes não existiam. Em determinadas circunstâncias, como viagens, epidemias ou casos de doença no ambiente em que vive, pode ser necessário vacinar os adultos. É o caso da vacina da hepatite B, hepatite A ou meningite A+C. Se tiver dúvidas fale com seu médico.



Onde encontrar mais informação?

<http://www.dgs.pt/>