



Médico de Família

Pneumonia mata 23 pessoas por dia

Segundo dados da Direcção Geral da Saúde, a Pneumonia mata uma média de 23 pessoas por dia, nos Hospitais do Serviço Nacional de Saúde. As consequências são graves, podem levar à morte e representam um custo pesado para a sociedade. Sequelas, despesas e óbitos, potencialmente preveníveis através de vacinação.

Apenas pela idade, as crianças e os adultos a partir dos 50 anos são os mais vulneráveis. Os grupos de risco incluem pessoas com diabetes, doença hepática crónica ou sistema imunológico frágil, pessoas que sofram de doenças pulmonares, com dificuldade em tossir e deglutir, pessoas que usam ou usaram sedativos e pessoas acamadas, ou com mobilidade limitada.

A vacinação pneumocócica é a melhor forma de prevenção. Para além da Pneumonia, previne formas graves da infecção por pneumococos, como a Meningite e a Septicémia, e outras menos graves como a Otite Média Aguda e a Sinusite.

Na União Europeia, está indicada a partir das 6 semanas de vida. São vários os esquemas vacinais: no caso dos recém-nascidos, para que seja eficaz, é fundamental cumprir o esquema de vacinação de quatro doses. Nos restantes casos, pessoas a partir dos 6 anos que ainda não tenham sido vacinadas, basta uma dose única. Acima dos 50 anos, quer se seja saudável ou se tenha doença associada, também se deve fazer uma dose.

A prevenção da Pneumonia inclui, ainda, a vacinação anti-gripal, a redução do consumo de tabaco e o tratamento de doenças que potenciem o aparecimento da Pneumonia. Em épocas frias, devemos evitar ambientes com grande aglomeração de pessoas, protegermo-nos do frio, e fazer uma hidratação e alimentação adequadas.

Prof. Carlos Robalo Cordeiro, médico pneumologista e presidente da Sociedade Portuguesa de Pneumologia