



vacinação do adulto

# Não é só ele que precisa de vacinas

Até ao final da infância, a criança deve receber todas as vacinas presentes no Plano Nacional de Vacinação, mas na idade adulta há imunizações que continuam a ser importantes.

POR **BÁRBARA BETTENCOURT**  
COLABORAÇÃO E REVISÃO CIENTÍFICA



PROF.  
DOUTOR  
JORGE  
ATOUGUIA  
Médico  
infecciosologista



DRA. CRISTINA  
AZEVEDO  
Farmacêutica

«O grande princípio no que toca às vacinas é o de que devemos vacinar-nos contra as doenças que nos matam», resume o infecciosologista Jorge Atouguia. É esse também o princípio do Plano Nacional de Vacinação (PNV), graças ao qual doenças como a poliomielite, o sarampo e a difteria foram erradicadas. No que toca aos adultos a única vacina que consta do PNV é a do tétano-difteria. A do tétano é, também, segundo Jorge Atouguia, a única vacina que é essencial ser feita por toda a gente, sem exceção. É que esta é uma doença que não pode ser nunca considerada erradicada, uma vez que o contágio não se faz de pessoa para pessoa mas sim do ambiente para as pessoas. «As restantes vacinas podemos considerar acessórias isto é, devem ser feitas apenas nalgumas circunstâncias ou por pessoas que integrem os chamados grupos de risco».





saúde ✱



## VACINA DO TÉTANO-DIFTERIA

O tétano é uma doença infecciosa causada pela bactéria *Clostridium tetani* que produz uma neurotoxina que pode ser fatal. É adquirida habitualmente por contaminação de ferimentos, sobretudo em contacto com ferro e ferrugem. Os sintomas (essencialmente neurológicos: problemas na marcha ou dores articulares) podem surgir até um mês depois, dificultando o diagnóstico. A difteria é uma doença infetocontagiosa provocada pela bactéria *Corynebacterium diphtheria*. «O número de casos em Portugal é residual ou mesmo inexistente, razão pela qual há quem considere que não se justificaria a vacina estar no PNV e ser administrada juntamente com a do tétano durante

«A ponderação do que faz com que uma vacina integre o PNV é complexa. Inclui elementos como o preço da vacina, a morbilidade, custos para o SNS e pressão da opinião pública»

JORGE ATOUGUIA

50%

Estudos revelam que «cerca de 50 por cento das mulheres é infetada pelo menos por um tipo de HPV dois a cinco anos após o início de atividade sexual», lê-se num relatório da Sociedade Portuguesa de Pneumologia

toda a vida», afirma Jorge Atouguia. «A favor da administração conjunta está o facto de se saber que quando são dadas em conjunto, as vacinas aumentam a resposta imune do organismo», justifica o especialista.

→ **Para quem está indicada**

Toda a gente.

→ **De quanto em quanto tempo**

De 10 em 10 anos.

→ **Quanto custa** É gratuita.

## VACINA SAZONAL DA GRIPE

A gripe é uma das doenças mais antigas da humanidade. Há referências que remontam a cinco séculos antes de Cristo. É causada pelo vírus *Influenza* e tem maior prevalência entre outubro e março. Mata anualmente, cerca de 1200 a 1800 pessoas em Portugal. O vírus tem grande capacidade de adaptação, por isso a vacina é atualizada anualmente segundo dados epidemiológicos fornecidos pela Organização Mundial de Saúde.

→ **Para quem está indicada**

Pessoas com algum grau de insuficiência respiratória, como asma, e também pessoas com mais de 65 anos, por terem menor capacidade de resposta imunitária. Grávidas e profissionais de saúde

## PREVENIR PAPILOMA VÍRUS HUMANO (HPV)

É responsável por um dos cancros mais prevalentes nas mulheres, o do colo do útero (segunda causa de morte por cancro nas mulheres com menos de 44 anos, segundo um relatório da Sociedade Portuguesa de Ginecologia), mas também em ambos os sexos pelos cancros da cavidade oral, laringe e bexiga, e nos homens, pelo cancro do pénis ou anal. A transmissão é feita por via sexual.

**A vacina** Por ser recente, a duração da sua eficácia não está totalmente demonstrada e as indicações têm sido alteradas nos últimos anos.

**O que diz o especialista**

«Provavelmente, irá acabar por ter uma indicação genérica no futuro. Há duas vacinas: a que cobre os serótipos mais graves (16 e 18) e a que inclui os serótipos 6 e 11, menos prevalentes. Importante será fazer a primeira, mas pode e deve discutir a questão com o ginecologista, no caso das mulheres, e o urologista, no caso dos homens», afirma o especialista.

✱ Está indicada para mulheres entre os nove e os 45 anos ou com infeção prévia por HPV e para homens entre os nove e os 26 anos.

✱ É feita em duas doses, a segunda seis meses após a primeira.

✱ É gratuita para adolescentes do sexo feminino entre os dez e os 13 anos. Fora do PNV, cada dose pode custar entre os 95 euros (vacina contra os serótipos 6,11,16 e 18) e os 72,47 euros (serótipos 16 e 18), mediante receita médica.





## vacinação do adulto

também têm indicação para tomar esta vacina.

→ **De quanto em quanto**

**tempo** Anualmente, por norma entre outubro e janeiro.

→ **Quanto custa** É gratuita para pessoas acima dos 65 anos e doentes integrados na rede de cuidados continuados. Na última época gripal 2014/2015 estiveram disponíveis no mercado quatro vacinas, todas comparticipadas, com preços entre os 2,77 euros e os 6,05 euros.

### VACINA ANTIPNEUMOCÓCICA

Em 2014, o pneumococo matou 8424 pessoas nos hospitais públicos portugueses, uma média de 23 mortos por dia, segundo os dados da Direção-Geral da Saúde. Apesar de parcialmente prevenível através da vacinação, apenas 5,4 por cento dos adultos estará vacinado, segundo um inquérito da Sociedade Portuguesa de

#### TOME NOTA

A vacina Prevenar que protege contra os 13 tipos mais comuns de pneumococos foi incluída no PNV em junho para crianças nascidas após janeiro de 2015. A Pneumo 23 protege contra 23 tipos mas é menos eficaz em crianças com menos de dois anos e indicada para idosos

Pneumologia (SPP).

A vacinação é importante porque «o envelhecimento torna o ser humano mais vulnerável a bactérias como o pneumococo, o grande responsável pela pneumonia», explicou o presidente da SPP, Carlos Robalo Cordeiro em comunicado de imprensa. Além da pneumonia, a vacina previne outras doenças causadas pelo pneumococo, como a meningite, a septicemia, a otite média aguda e a sinusite.

→ **Para quem está indicada**

Pessoas com idade igual ou superior a 65 anos. Doentes crónicos de diabetes, doenças respiratórias ou cardíacas e pessoas sem o baço. Grupos de risco, como fumadores e alcoólicos.

→ **De quanto em quanto**

**tempo** De cinco em cinco anos ou de três em três.

Em qualquer altura do ano (a pneumonia não é sazonal).

→ **Quanto custa** A Prevenar custa 59,49 euros. É gratuita para pessoas com doenças crónicas e grupos de risco.

A Pneumo 23 custa 12,61 euros ou entre 6,05 e 7,94 com comparticipação. É mais indicada para pessoas acima dos 65 anos.

### VACINA DA ZONA (HERPES ZOSTER)

Protege contra a zona, uma doença causada pela reativação do vírus da varicela, que causa frequentemente o aparecimento de vesículas cutâneas, seguidas de crostas e que se pode prolongar no tempo com dor local intensa e incapacitante. Afeta adultos com o sistema imunitário enfraquecido, sobretudo pessoas com mais de 50 anos que tiveram varicela. Uma em cada quatro pessoas vão ter zona nalguma altura da vida, segundo um estudo da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna e da Associação de Medicina Geral e Familiar divulgado o ano passado.

→ **Para quem está indicada**

Pessoas a partir dos 50 anos que tenham tido varicela. Pessoas com debilidade imunológica, por exemplo, que tenham tido varicela e tenham cancro ou estejam a fazer tratamento com imunossuppressores. Pessoas que já tiveram zona.

→ **De quanto em quanto**

**tempo** De 10 em 10 anos.

→ **Quanto custa**

145,43 euros. Não tem comparticipação.

### CONTRAINDICAÇÕES

São poucas as situações genéricas de total contra-indicação das vacinas.

- \* Febre acima dos 38°C.
  - \* Doença aguda atual ou muito recente.
  - \* Reação alérgica conhecida a algum dos componentes da vacina.
- Estar constipado, a tomar antibióticos ou ter rinite ou asma não são contra-indicações.