

[ESPECIAL PREVENÇÃO]

PNEUMONIA MATA 23 PESSOAS POR DIA

Vacinação é fundamental

...e pode ser feita em qualquer época do ano

A PNEUMONIA PODE AFETAR PESSOAS DE TODAS AS IDADES, especialmente os mais jovens e os mais idosos. É responsável por óbitos em todos os grupos etários, mesmo em pessoas previamente saudáveis.

Segundo a Direção Geral da Saúde, a doença mata, por dia, uma média de 23 pessoas, nos hospitais portugueses. Pessoas com mais de 65 anos ou que pertençam a grupos de risco devem ter especial atenção à prevenção.



PELO
PROF. CARLOS ROBALO CORDEIRO

Pneumologista;
Presidente da Sociedade Portuguesa de Pneumologia

A PNEUMONIA TEM CONSEQUÊNCIAS GRAVES E PODE LEVAR À MORTE. A PREVENÇÃO É A MELHOR FORMA DE A COMBATER E A VACINAÇÃO ANTIPNEUMOCÓCICA A FORMA MAIS EFICAZ DE O FAZER.

ADULTOS TAMBÉM DEVEM VACINAR-SE

A nossa imunidade diminui à medida que envelhecemos, o que nos torna mais vulneráveis a bactérias, como o pneumococo, o grande responsável pela pneumonia. A idade é, por isso, um dos principais fatores de risco da pneumonia: crianças no início da vida e adultos a partir dos 65 anos são os mais vulneráveis.

E, se no caso das crianças, temos consciência da importância do ato da imunização, quando toca à idade adulta, a tendência é desdramatizar. Não deve ser assim: a prevenção deve ser uma preocupação de todos e os adultos também devem vacinar-se.

Pessoas com mais de 50 anos com co-morbilidades, como diabetes, doença cardíaca crónica, asma sob corticoterapia inalatória ou DPOC, estão entre os mais fragilizados perante o risco de contrair pneumonia, tal como pessoas com doença hepática crónica ou sistema imunológico frágil, que sofram de outras doenças pulmonares, que tenham dificuldade em tossir

e deglutir, que usam ou usaram sedativos e pessoas acamadas ou com mobilidade limitada.

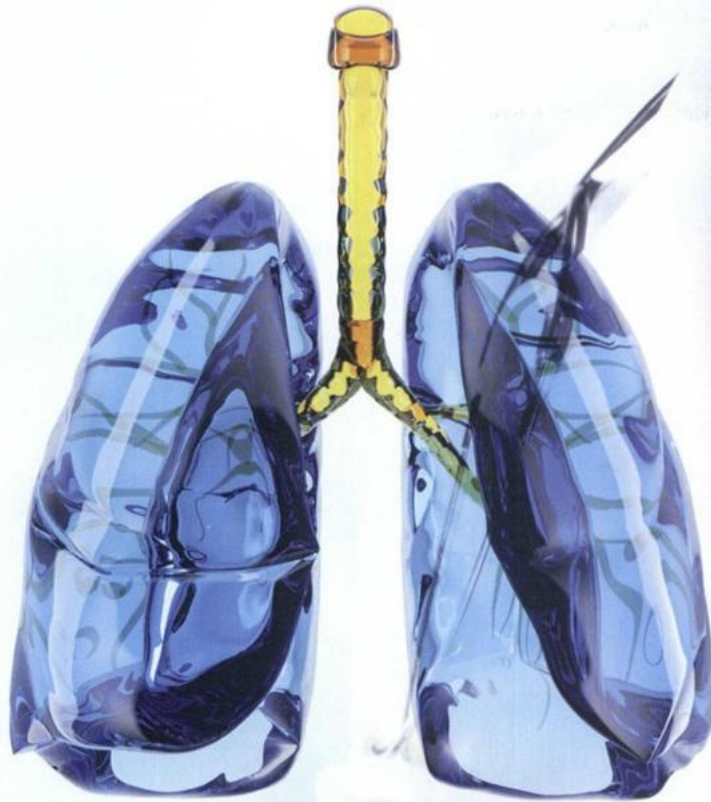
IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO

O pneumococo é o responsável por aproximadamente 1,6 milhões de mortes por ano em todo o mundo. É, por isso, uma das principais causas de morte preveníveis através de vacinação.

A vacinação antipneumocócica é fundamental para uma eficaz prevenção da pneumonia e, para além dela, previne formas graves da infeção por pneumococos, como a meningite e a septicemia, a par de outras menos graves, como a otite média aguda e a sinusite.

A prevenção da pneumonia inclui, ainda, a vacinação antigripal, a redução do consumo de tabaco e o tratamento de doenças associadas.

Nesta época do ano, devemos evitar ambientes com grande aglomeração de pessoas, reforçar a proteção contra o frio, fazer uma boa hidratação e procurar fazer uma alimentação correta.



« Independente da interação entre vírus e bactérias ou do seu grau de incidência, a vacinação contra a pneumonia é fundamental e pode ser feita em qualquer altura do ano »

SINTOMAS E FATORES DE RISCO

Detetar precocemente uma pneumonia pode significar a diferença entre a vida e a morte. Tosse com expectoração, febre, calafrios, falta de ar, dor no peito quando se inspira fundo, vômitos, perda de apetite e dores no corpo são alguns dos sintomas da pneumonia, tal como cenários de gripe que não apresentem melhorias ou que piorem progressivamente.

Apesar de haver mortes e internamentos ao longo dos 12 meses do ano, há uma maior incidência de casos de pneumonia na época das gripes. Com efeito, a interação entre o vírus da gripe e o pneumococo aumenta 100 vezes o risco de pneumonia

pneumocócica.

Contudo, independentemente da interação entre vírus e bactérias ou do seu grau de incidência, a vacinação contra a pneumonia é fundamental e pode ser feita em qualquer altura do ano.