

USF Gualtar Informa

Na Saúde estamos em Família



"As vacinas salvam vidas"

É mais do que um ditado comum: **é um testemunho inegável do impacto positivo da vacinação.**

De facto, estima-se que cerca de **4 milhões de mortes** são prevenidas anualmente pela vacinação infantil em todo o mundo.

São exemplos do êxito da vacinação: a erradicação da varíola, a eliminação da poliomielite em quase todo o mundo e a diminuição de mortes relacionadas com o sarampo, em cerca 70%. Atualmente, **mais de 20 doenças potencialmente fatais podem ser evitadas através da imunização.**

Além de contribuir para a **redução da mortalidade**, as vacinas tiveram um papel crucial na **diminuição da incapacidade e morbidade** relacionadas com algumas doenças. Sequelas de meningite ou encefalite, paralisia decorrente da poliomielite e dificuldades de aprendizagem em recém-nascidos expostos à rubéola são apenas alguns exemplos nos quais as vacinas tiveram um impacto positivo.

A vacina contra o vírus do papiloma humano (HPV) é outro exemplo que demonstra a relevância da imunização. Ao prevenir infeções pelos tipos de HPV que causam a maioria dos cancros do colo do útero e das verrugas genitais, constatou-se uma **redução significativa no aparecimento de verrugas, lesões pré-cancerígenas e cancro do cólo do útero.**

O aumento de situações de recusa de vacinação pode levar ao **ressurgimento de doenças**. Os recentes **surtos de sarampo** podem estar associados a reduções da taxa de cobertura vacinal na população, dado a elevada transmissibilidade da doença.

Na atualidade, a vacinação é uma medida essencial na **promoção de saúde e envelhecimento saudável**. A imunização contínua é fundamental para fortalecer as defesas contra doenças infecciosas emergentes ao longo da vida, considerando fatores como viagens, ocupação profissional ou o processo natural de envelhecimento ou doenças crónicas.

Têm surgido novas oportunidades de vacinação para doenças como pneumonia, doenças causadas pelo vírus sincicial respiratório (VSR) e zona (provocada pelo vírus herpes zóster).

As indicações de vacinação para estas doenças devem ser avaliadas individualmente com a sua equipa de saúde familiar. Nesta newsletter podem ficar a conhecê-las.

Joana Silvestre Machado,
Médica Interna de Medicina Geral e Familiar



Editorial

"A **vacinação** é um direito e um dever dos cidadãos, participando ativamente na decisão de se vacinarem, com a consciência que estão a defender a sua saúde, a Saúde Pública e a praticar a cidadania. Vacinar é, portanto, também uma responsabilidade e um ato de solidariedade". É deste modo que a Direção Geral de Saúde (DGS) introduz o seu **PROGRAMA NACIONAL DE VACINAÇÃO (PNV)**.

Este organismo tem uma equipa de peritos em várias áreas que estudam insistentemente as vantagens e as desvantagens de determinadas vacinas. Nas últimas décadas, **Portugal é um exemplo a nível mundial, com redução de mortalidade e incidência de determinadas doenças evitáveis pela vacinação**, tendo levado inclusive a erradicação de doenças.

A vacinação é um dos pilares da prevenção primária, prioridade dos Cuidados de Saúde Primários. Na USF Gualtar somos especialmente cuidadosos com a vacinação de todos os nossos utentes, aproveitando todas as oportunidades!

Além das vacinas contempladas pelo PNV, existem outras que podem ter uma importância significativa em diferentes contextos e para diferentes populações: proteção contra doenças específicas, viagens internacionais, grupos de risco específicos, prevenção de surtos e epidemias e estratégias de saúde pública.

É sobre estas vacinas extra PNV que o vimos informar de modo a que possa decidir em consciência. **Aborde este assunto com o seu enfermeiro ou médico de família.** Teremos todo o gosto em o esclarecer!

Cláudia Melo
Coordenadora da USF Gualtar



Para quem está recomendada a vacina?	Esquema vacinal preferencial
Adultos com idade ≥ 65 anos	Vacina conjugada 20-valente (VPC20) - Apexnar®
Adultos com idade ≥ 18 anos e risco acrescido de doença grave	
Apexnar® - PVP: 64,58€, comparticipação 37% em regime geral	
Nota: informe-se com o seu médico sobre esquemas vacinais alternativos	

Vacinação antipneumocócica

("Vacina das pneumonias")

- A doença pneumocócica é a infeção causada pela bactéria *Streptococcus pneumoniae* ou **pneumococos**.
- Pode causar uma larga variedade de doenças, nomeadamente a **pneumonia grave**.
- É uma das principais **causas de morte prevenível através da vacinação**.



Vacinação contra o VSR

- O VSR é um vírus comum associado a **infeções respiratórias** e que geralmente causa sintomas leves, semelhantes a uma constipação.
- Em crianças pequenas, é o principal causador de **bronquiolites e pneumonias víricas**, sendo esse o motivo pelo qual se recomenda vacinar as grávidas.

Para quem está recomendada a vacina?	Que vacinas foram aprovadas?
Adultos com idade ≥ 60 anos	Arexvy® e Abrysvo® (dose única)
Grávidas com 32-36 semanas (de setembro a janeiro)	Abrysvo® (dose única)
Arexvy® - PVP: 198,52€, Abrysvo® - PVP 197,50€, ambas não têm comparticipação	

Para quem está recomendada a vacina?	Que vacinas foram aprovadas?
Adultos com idade ≥ 50 anos	Zostavak® (dose única)
Adultos com idade ≥ 18 anos e risco acrescido de doença grave	Zostavak® (dose única) e Shingrix® (duas doses com intervalo de 2 a 6 meses)
Zostavak® - PVP: 135,51€, comparticipação 37% em regime geral Shingrix® - PVP: 179,60€, não tem comparticipação	

Vacinação contra a Zona

- A zona é uma doença que se caracteriza pelo aparecimento de **lesões localizadas na pele**, sob a forma de vesículas muito dolorosas. É causada pela reativação do vírus da varicela, o **herpes zóster**.
- A zona pode durar várias semanas e levar a complicações como **dor crónica intensa** e **paralisia muscular**. Não é uma doença contagiosa.

Sabia que...?



pode **CONSULTAR O BOLETIM DE VACINAS** na app **SNS 24** ou no Portal do Utente

A decisão de vacinar uma pessoa é **INDIVIDUAL** e deve ser baseada num consenso entre o paciente e o profissional de saúde.

As **VACINAS MAIS IMPORTANTES** são aquelas que fazem parte do **Plano Nacional de Vacinação**.

Autores: Carolina Balão, Joana Machado e Mariana Gonçalves, Internas de Medicina Geral e Familiar

Morada: Rua João Nascimento dos Santos, 4710-078 Gualtar, Braga
E-mail: usf.gualtar@arsnorte.min-saude.pt
Telefone: (+351)253603310

Instagram: <https://shre.ink/UKKI>
Facebook: fb.com/unidadesaudefamiliargualtar
Web: <https://usf-gualtar.webnode.pt/>

Equipa editorial: Alice Santos, Andreia Bandeira, Carolina Balão, Cláudia Pereira, Cristiana Lopes, Cristiana Sousa, Dina Campos, Joana Machado, Liliana Lobo, Pedro Sousa.