

Mais vale prevenir... ...Do que adoecer!

Pneumonia

Na última edição da rubrica “Mais vale prevenir...” abordamos o tema da gripe e a importância da vacinação para a sua prevenção. Nesta edição iremos abordar outra infeção respiratória também prevenível através da vacinação, a pneumonia.

A pneumonia é uma infeção respiratória que atinge o pulmão e que se apresenta com tosse com expectoração, febre, calafrios, falta de ar entre outros sintomas. Esta pode afetar qualquer pessoa em qualquer idade, mas afeta especialmente idosos e outras pessoas com problemas de saúde, como diabetes, doenças do fígado, do coração, do rim ou do pulmão.

Cerca de metade dos casos de pneumonia adquirida na comunidade, ou seja, não relacionada com os serviços de saúde, são causados por infeções por *Streptococcus Pneumoniae*. Esta bactéria para além da pneumonia pode causar outras doenças igualmente ou ainda mais graves, sendo responsável segundo a Organização Mundial de Saúde pela morte de 1.6 milhões de pessoas todos os anos, principalmente crianças e idosos. O aumento da resistência desta bactéria ao tratamento com antibióticos é um motivo de preocupação. Esta é a principal causa de morte prevenível por vacinação sendo por isso muito importante vacinar as pessoas de maior risco.

Existem duas vacinas disponíveis para prevenir a infeção por esta bactéria, devendo ser administrada uma dose de cada:

- Vacina pneumocócica polissacárida 23-valente (**VPP23**)
- Vacina pneumocócica conjugada 13-valente (**VPC13**)

QUEM SE
DEVE
VACINAR?

Estas vacinas são recomendadas para indivíduos com patologias crónicas, como por exemplo: diabetes, problemas respiratórios graves, doença renal ou do fígado, doenças do coração, entre outras.

O Grupo de Doenças Respiratórias recomenda ainda a vacinação de todas as pessoas com idade igual ou superior a 65 anos.

AS VACINAS
SÃO
GRATUITAS?

Para a maioria das pessoas, estas vacinas não são gratuitas. A VPC13 é gratuita para as crianças, integrada no plano nacional de vacinação, e para um grupo restrito de doenças graves.

Apesar de não serem gratuitas, estas vacinas precisam apenas de uma administração para ficar protegido para o resto da vida. Há a possibilidade de fazer uma segunda dose de VPP23 depois dos 65 anos se o seu médico achar conveniente. Ambas são comparticipadas.

QUANDO
SE DEVE
VACINAR?

Estas vacinas podem ser administradas em qualquer altura do ano ou em qualquer idade, desde que tenha indicação para as fazer. Deve iniciar a vacinação com VPC13 e depois de 6-12 meses, fazer 1 administração de VPP23.

Fale com o seu médico e informe-se se deve fazer estas vacinas. Se tiver indicação para as fazer, pode, por exemplo, começar a vacinação com VPP13 no mesmo dia em que fizer a vacina da gripe.

NUNCA É DEMAIS RELEMBRAR...

Para além da vacinação, a higiene das mãos e a etiqueta respiratória (tossir ou espirrar para um lenço descartável ou para o antebraço) são muito importantes para prevenir a infeção.

Vaccine-se! Proteja-se!

Vera Ribeiro da Silva
Joana Novo
(Médicas Internas de Medicina Geral e Familiar)