

## SEIS VACINAS PARA OS ADULTOS PORQUE E QUANDO TOMAR

### **Vacina contra a Gripe (influenza)**

Porque: os estudos mostraram que os indivíduos que recebem a vacina têm menor chance de desenvolver complicações relacionadas à gripe e morrer da doença. Nos locais onde mais pessoas estão imunizadas, as mortes por complicações da gripe em idosos, pacientes imunodeficientes e crianças são menos frequentes.

Quem precisa: as pessoas com mais de 6 meses de idade. Devido ao maior risco de complicações sérias e hospitalização, deve-se dar especial atenção à vacinação dos indivíduos com doenças crônicas como asma, DPOC, diabetes e doenças cardíacas, além dos idosos com mais de 65 anos.

Quando: todos os anos, antes do início do inverno, no final do outono.

### **Vacina Pneumocócica**

Porque: a vacina protege contra a pneumonia, meningite e outras infecções invasivas causadas pela bactéria *Streptococcus pneumoniae*, diminuindo a necessidade de hospitalização e as chances de morte pela doença.

Quem precisa: os maiores de 65 anos. Os indivíduos com menos de 65 anos, mas que são fumantes ou apresentam doenças crônicas como asma, DPOC, diabetes e doenças cardíacas devem conversar com o seu médico sobre a indicação da vacinação.

Quando: segundo as recomendações da Sociedade Brasileira de Imunizações (SBIM), os idosos devem receber uma dose da vacina pneumocócica conjugada 13-valente (VPC13) aos 65 anos. Seis meses após, os idosos devem receber o reforço com a vacina pneumocócica polissacarídica 23-valente (VPP23). Cinco anos após o reforço com a vacina VPP23, os idosos devem receber uma nova dose desta mesma vacina. Não se esqueça: se você é fumante ativo ou tem o diagnóstico de uma doença crônica, pergunte ao seu médico se você precisa ser vacinado.

### **Vacina contra o tétano**

Porque: a vacina protege contra o tétano, uma doença bacteriana que causa intensas e dolorosas contrações musculares por todo o corpo, além de apresentar alta taxa de letalidade. Geralmente a vacina do tétano é veiculada em associação com outras vacinas (dTpa quando associada à coqueluche e difteria e dT quando associada apenas à difteria). Nos adultos, a coqueluche não costuma ser uma ameaça à saúde, sendo muitas vezes confundida como um episódio de resfriado. No entanto, pode ser uma doença grave e fatal na infância e, por este motivo, os adultos que estão em contato constante com os recém-nascidos e com crianças menores do que 1 ano de idade (como os pais e os profissionais de saúde) devem manter a sua vacinação contra a coqueluche atualizada.

Quem precisa: os adultos necessitam de reforços regulares da vacina durante toda a vida.

Quando: os adultos devem receber uma nova dose da vacina a cada 10 anos. A cada nova gestação, as mulheres também precisam de uma nova dose. De acordo com a SBIM, esses reforços devem ser feitos com a vacina dTpa. Alguns indivíduos com determinados tipos de ferimentos graves devem ser avaliados em relação à indicação de um novo reforço com a vacina dT.

### **Vacina contra o Herpes Zóster**

Porque: o Herpes Zóster, popularmente conhecido como “cobreiro”, é uma doença causada pelo vírus varicela-zoster, o mesmo da catapora. Ela afeta alguns tipos de nervos, podendo causar lesões na pele e dor que, muitas vezes, pode incapacitar a pessoa acometida de continuar os seus afazeres simples da vida, como se vestir e escovar os cabelos. Em alguns casos, ocorrem complicações, como danos oculares, paralisia facial, labirintite, surdez ou dor crônica (neuralgia pós-herpética). Todas as pessoas que já tiveram catapora, mesmo que não tenham manifestado a doença, podem desenvolver o Herpes Zoster em algum momento da vida, sendo os doentes imunodeficientes e os idosos os mais vulneráveis. Segundo o Centro de Controle e Prevenção de doenças americano (CDC), 99% das pessoas com mais de 40 anos já tiveram catapora, ainda que não tenham manifestado a doença. E se você acha que nunca teve catapora, você também pode receber a vacina contra o herpes zoster, porque ela também protege contra a catapora. Além disso, mesmo os indivíduos que já tiveram o herpes zoster podem ser vacinados. A vacina pode diminuir a intensidade e a duração da dor causada pelo Herpes Zóster, além de ajudar a prevenir a neuralgia pós-herpética.

Quem precisa: adultos acima de 50 anos (que é quando a doença se apresenta com mais frequência).

Quando: no Brasil, a vacina aprovada pela ANVISA, até este momento, é administrada em apenas uma dose. Nos Estados Unidos foi aprovada, em 2017, a vacina Shingrix®, que é feita em 2 doses, com intervalo de 2 a 6 meses entre elas.

### **Vacina contra Hepatite**

Porque: Atualmente existem vacinas contra os vírus A e B da hepatite. O vírus da hepatite A (VHA) é transmitido através do contato oral-fecal (como água e alimentos contaminados ou de uma pessoa contaminada para outra). Uma vez infectada, a pessoa desenvolve a imunidade contra o VHA para a vida toda. O vírus da hepatite B (VHB) é transmitido da mãe para o filho no nascimento, por contato sexual, por injeções ou feridas provocadas por material contaminado (como, por exemplo, alicate de unha) ou por tratamento com derivados de sangue contaminados. A vacinação contra um tipo de vírus não te protege contra o outro. A vacinação diminui a chance de complicações da doença (como hepatite fulminante, no caso do VHA, e hepatite crônica, cirrose e câncer hepático,

doença (como hepatite fulminante, no caso do VHA, e hepatite crônica, cirrose e câncer hepático, no caso do VHB).

Quem precisa: no caso da hepatite A, os adultos que não foram vacinados previamente ou que não tiveram contato com o VHA na infância ou adolescência. Para saber se você precisa ou não desta vacina, peça ao seu médico para solicitar a sorologia para a hepatite A. Assim você saberá se precisa ou não ser vacinado. No caso da hepatite B, a vacina está indicada para os adultos ainda não vacinados na infância e na adolescência e que tenham vida sexual ativa, policiais, manicures, podólogos, profissionais da área da saúde, doadores de órgãos sólidos e medula óssea, pacientes submetidos à hemodiálise, portadores de HIV e imunodeficiências, entre outros. Se você quiser saber se já tem imunidade contra o vírus VHB, peça para o seu médico solicitar a sorologia para a hepatite B. Assim você saberá se deve receber a vacina.

Quando: a vacina da hepatite A deve ser feita em duas doses, com o intervalo de 6 meses entre elas. Em maiores de 60 anos, deve-se avaliar a necessidade ou não da vacinação. A vacina da hepatite B deve ser feita em 3 doses: 0-1-6 meses (a segunda dose 1 mês após a primeira e a terceira dose 6 meses depois da primeira).

### **Vacina contra a Febre Amarela**

Porque: Após o aumento do número de casos da doença no Brasil, a vacina contra a Febre Amarela foi incluída no Programa Nacional de Imunizações do Ministério da Saúde. Ela previne o surgimento da doença mesmo se o indivíduo for picado pelo mosquito contaminado pelo vírus da Febre Amarela. A doença pode surgir com sintomas leves como de um resfriado comum, mas pode evoluir com complicações graves e morte.

Quem: adultos até os 60 anos de idade.

Quando: uma única dose durante toda a vida. A indicação da vacinação em pessoas com mais de 60 anos de idade deve ser avaliada pelo médico em relação aos riscos e benefícios da imunização.