

## **Rubéola e gravidez**

### **O que precisa saber**

#### **O que é a Rubéola ("sarampo alemão")?**

A rubéola é uma doença contagiosa causada por um vírus.

#### **Como é que se transmite?**

A rubéola transmite-se por contacto próximo com a pessoa infetada, através de tosse e espirros. É mais contagiosa quando a pessoa tem uma erupção cutânea, mas pode ser transmitida até 7 dias antes da erupção cutânea surgir.

#### **A rubéola é grave?**

A rubéola causa uma erupção cutânea, febre e glândulas inchadas. É normalmente uma doença moderada nas crianças. Algumas pessoas que apanham a rubéola não têm sintomas mas podem ainda assim transmitir a doença.

Se uma mulher for contagiada com rubéola no início da gravidez:

- esta poderá causar um aborto espontâneo ou um nado-morto.
- 9 em cada 10 bebés poderá vir a sofrer deficiências graves à nascença incluindo surdez, cegueira, lesões cerebrais ou problemas cardíacos. Esta é conhecida como o síndrome de rubéola congénita (SRC).
- Após os 4 meses de gravidez, é improvável que a rubéola afete o seu bebé.

#### **Como é que a síndrome de rubéola congénita pode ser prevenida?**

A vacinação é a única forma de prevenir o síndrome de rubéola congénita. A vacina da rubéola está disponível apenas como uma vacina combinada SPR (sarampo, papeira, rubéola). A vacina SPR pode ser administrada em qualquer idade.

#### **Estou a planear engravidar o que devo fazer?**

Deverá consultar os seus registos de vacinação para verificar se alguma vez recebeu uma dose da vacina da rubéola ou SPR.

Se tiver provas de que recebeu, pelo menos, uma dose destas vacinas, tal é considerado prova de proteção.

Se não tiver recebido nenhuma dose de uma vacina contra a rubéola ou não tiver a certeza de a ter recebido, deverá consultar o seu médico de família para avaliar o seu estado de imunidade à rubéola.

#### **O que devo fazer se não tiver sido vacinada contra a rubéola ou se o resultado das minhas análises à rubéola for negativo?**

Deverá receber uma dose da vacina SPR antes de engravidar. Deve evitar engravidar no primeiro mês após a vacinação.

### **Posso receber a vacina SPR durante a gravidez?**

Não é recomendado que receba a vacina SPR durante a gravidez.

### **E se alguém que eu conheça tiver uma erupção cutânea?**

Durante a gravidez, as mulheres que não estejam imunes à rubéola devem tentar evitar o contacto próximo com qualquer pessoa que tenha uma erupção cutânea.

Se tiver estado em contacto com alguém que tenha uma erupção cutânea ou se surgir em si uma erupção cutânea, deve procurar aconselhamento junto do seu médico ou parteira o mais brevemente possível.

### **Tive um bebé recentemente e as minhas análises à rubéola foram negativas; o que devo fazer?**

Deverá consultar os seus registos de vacinação para verificar se alguma vez recebeu uma dose da vacina da rubéola ou SPR.

Se tiver provas de que recebeu, pelo menos, uma dose destas vacinas, tal é considerado prova de proteção.

Se não tiver recebido nenhuma dose de uma vacina contra a rubéola ou não tiver a certeza de a ter recebido, precisa de uma dose da vacina SPR. São necessárias duas doses para proteger contra o sarampo e a papeira.

### **O que acontece após a vacinação?**

Depois de ser vacinada com a SPR, o seu braço poderá ficar com a zona à volta do local da injeção encaroçada, inchada e vermelha. Muito raramente, pode desenvolver inchaço das articulações, dor nas articulações ou glândulas inchadas 2 a 3 semanas após a vacinação. Este estado não é contagioso.

### **Existe alguma precaução a tomar após a vacinação?**

Sim, deve evitar engravidar no primeiro mês após a vacinação pois a vacina SPR é constituída por vírus vivos enfraquecidos.

### **Existem pessoas que não deverão tomar a vacina SPR?**

São muito poucas as pessoas que não podem tomar a vacina SPR.

Não deve tomar a vacina SPR se:

- estiverem grávidas.
- tiver uma reação alérgica grave (anafilaxia) a uma vacina SPR anterior ou a qualquer princípio ativo desta vacina, por exemplo à neomicina ou à gelatina.

- tiver uma doença ou estiver num tratamento que afeta o seu sistema imunitário.
- tiver uma transfusão de sangue recente.

Deverá adiar a administração da vacina se estiver:

- doente com febre superior a 38°C.

Se tiver alguma dúvida, fale com o seu médico de família ou enfermeira na maternidade.

Para obter mais informações, consulte [www.immunisation.ie](http://www.immunisation.ie).

Publicado pelo: **HSE National Immunisation Office**

Data de Publicação: *Fevereiro de 2020*