

Informações para pessoas de maior risco 2023-2024

Sobre este panfleto

Este panfleto dá-lhe informações sobre a vacina contra a gripe sazonal. Concentra-se em quem deve ser vacinado, quando e como obter a vacina, bem como outra informação útil.

Leia com atenção.

O que é influenza (gripe) sazonal?

A influenza (gripe) é uma doença muito infecciosa causada pelo vírus da gripe. Este vírus infeta as vias respiratórias e os pulmões.

A gripe circula na comunidade durante a época da gripe. A época da gripe, por norma, começa no início de outubro e dura até ao final de abril.

A gripe pode provocar doença grave?

Sim, a gripe pode causar doença grave e complicações fatais, incluindo pneumonia, bronquite e, raramente, inflamação do encéfalo (encefalite).

A gripe também pode piorar problemas de saúde crónicos.

Algumas pessoas estão expostas a maior risco de desenvolverem estas complicações graves, incluindo pessoas com idade igual ou superior a 65 anos, mulheres grávidas e pessoas com problemas de saúde subjacentes, como a diabetes e doença pulmonar crónica.

Qual é a diferença entre uma constipação e a gripe?

Normalmente, uma constipação tem um início gradual, manifestando-se através de dor de garganta e nariz entupido ou a pingar e os seus sintomas são, normalmente, suaves.

Os sintomas da gripe aparecem subitamente, manifestando-se através de febre, dores musculares, dores de cabeça e cansaço extremo (fadiga). Poderá ser difícil distinguir os sintomas da gripe dos da COVID-19.

O que é a vacina contra a gripe?

A vacina é um produto que ajuda o sistema imunitário (sistema de defesa) do corpo a lutar contra infeções. Todos os anos, os vírus da gripe mudam pelo que todos os anos também a vacina contra a gripe é diferente para oferecer proteção contra as novas estirpes esperadas do vírus da gripe.

Como atua a vacina contra a gripe?

A vacina contra a gripe ajuda o seu sistema imunitário a produzir anticorpos (proteínas que combatem a infeção). Se lhe tiver sido administrada a vacina contra a gripe e entrar em contacto com o vírus da gripe, a vacina consegue impedir que fique doente.

Quem deve ser vacinado contra a gripe?

Recomendamos a vacina contra a gripe para:

- Pessoas com idade igual ou superior a 65 anos
- Crianças dos 2 aos 12 anos de idade (leia por favor o panfleto do HSE sobre a vacina contra a gripe para crianças)

Vacina contra a gripe – Informações para pessoas de maior risco

- Mulheres grávidas (leia por favor o panfleto do HSE sobre a vacina contra a gripe durante a gravidez)
- Pessoas (adultos e crianças) que sofram de doenças crónicas, como diabetes, condições cardíacas crónicas, condições hepáticas, condições renais e doença pulmonar crónica, incluindo DPOC, ou doenças neurológicas
- Doentes oncológicos
- Pessoas em tratamento a longo prazo com aspirina
- Pessoas cujo sistema imunitário se encontre enfraquecido devido a uma doença ou tratamento
- Pessoas obesas com um índice de massa corporal (IMC) superior a 40
- Pessoas com síndrome de Down
- Residentes em lares de terceira idade ou outras instituições de estadia prolongada
- Profissionais de saúde
- Prestadores de cuidados
- Pessoas que vivam na mesma casa com alguém com risco de complicações decorrentes da gripe devido a uma condição médica
- Pessoas com contacto próximo e regular com aves de capoeira, aves aquáticas ou suínos.

Que vacinas contra a gripe estão disponíveis nesta época da gripe?

O programa de vacinação contra a gripe sazonal do HSE para 2023-2024 oferecerá de 2 vacinas:

- Inluvac Tetra, fabricada pela Mylan para pessoas que sofram de doenças crónicas e pessoas com idade igual ou superior a 65 anos
- a Fluenz Tetra suspensão para pulverização nasal Vacina contra a gripe (viva atenuada, nasal) fabricada pela AstraZeneca AB para crianças na faixa etária dos 2 aos 17 anos

Porque é que as pessoas com idade igual ou superior a 65 anos devem ser vacinadas contra a gripe?

As pessoas com idade igual ou superior a 65 anos correm maior risco de adoecimento grave, hospitalização ou morte devido à gripe. A vacina contra a gripe é a melhor proteção contra a gripe.

Porque é que as mulheres grávidas devem ser vacinadas contra a gripe?

Se estiver grávida, corre maior risco de complicações devidas à gripe. A gripe também pode afetar o seu bebé causando, por exemplo, aborto espontâneo, parto prematuro e até morte fetal.

A vacina contra a gripe protege as mulheres grávidas durante a gravidez e também protege o recém-nascido durante os primeiros meses de vida.

Se estiver grávida, leia por favor o folheto HSE sobre gripe para mulheres grávidas.

Até que ponto é segura a vacina contra a gripe?

A vacina contra a gripe é muito segura. Há mais de 60 anos que milhões de pessoas a nível mundial recebem a vacina contra a gripe.

Quais são os efeitos secundários da vacina?

Os efeitos secundários comuns são ligeiros. Depois da vacina contra a gripe, pode desenvolver efeitos secundários incluindo dores, vermelhidão e inchaço na zona onde foi administrada a injeção.

Vacina contra a gripe – Informações para pessoas de maior risco

Também podem manifestar-se dores de cabeça, dor muscular e cansaço. Estes efeitos secundários podem durar alguns dias.

As reações graves são muito raras; ocorre uma reação alérgica grave em uma num milhão de pessoas.

A vacina contra a gripe pode provocar a gripe?

Não. A vacina contra a gripe não lhe provoca a gripe.

Porque preciso da vacina contra a gripe todos os anos?

Todos os anos, os vírus da gripe circulantes mudam pelo que todos os anos também a composição da vacina contra a gripe é diferente para oferecer proteção contra as novas estirpes esperadas do vírus da gripe. A vacina contra a gripe protege contra 4 estirpes circulantes do vírus.

Quanto tempo demora até a vacina fazer efeito?

A vacina começa a fazer efeito dentro de duas semanas.

A vacina contra a gripe vai proteger-me contra a COVID-19?

Não. A vacina contra a gripe não protege contra a COVID-19. É importante tomar tanto a vacina contra a gripe como a vacina contra a COVID-19. Isto porque a gripe e a COVID-19 são causadas por vírus diferentes.

Tanto a gripe como a COVID-19 podem causar doença grave e se for infetada com estes vírus pode ter de ser hospitalizada. Poderá ser difícil distinguir os sintomas da gripe dos da COVID-19.

Se tiver tomado a vacina contra a COVID-19 deverá, ainda assim, vacinar-se contra a gripe.

Pode tomar a vacina contra a COVID-19 ao mesmo tempo da vacina contra a gripe se lhe for oferecida esta possibilidade.

Quem não deve ser vacinado contra a gripe?

Não deverá tomar a vacina contra a gripe se tiver tido uma reação alérgica grave (anafilaxia) a uma dose anterior da vacina ou a qualquer um dos seus componentes.

Não deverá tomar a vacina contra a gripe se estiver a tomar dois medicamentos designados inibidores de ponto de controlo em combinação (por exemplo, ipilimumab plus nivolumab) que são utilizados no tratamento do cancro.

Não deverá receber a vacina contra a gripe se sofrer de neutropenia grave (baixos níveis de um tipo de glóbulo branco); exceto no caso de pessoas com neutropenia autoimune primária.

E quanto às pessoas com alergia aos ovos?

A maior parte das pessoas com alergia aos ovos pode ser vacinada contra a gripe. Consulte o seu médico de família ou farmacêutico.

Em que situações deverá adiar a administração da vacina contra a gripe?

Existem muito poucas razões para o adiamento da vacinação contra a gripe. Poderá ter de adiar a vacinação contra a gripe se sentir alguma indisposição – com febre alta superior a 38 °C – até que se sinta melhor.

Vacina contra a gripe – Informações para pessoas de maior risco

Onde obtenho a vacina contra a gripe no caso de pertencer a um dos grupos para quem a vacina é recomendada?

A vacina contra a gripe pode-lhe ser administrada pelo seu médico de família ou farmacêutico.

Se for profissional de saúde, poderá receber a vacina no seu local de trabalho.

Quanto custa a vacina contra a gripe?

Se a vacina contra a gripe é recomendada para si, a vacina e a consulta com o seu médico de família ou farmacêutico são gratuitas.

Por favor, marque uma consulta com o seu médico de família ou farmacêutico.

Dica: Vacina antipneumocócica

Se a sua idade for igual ou superior a 65 anos ou sofrer de uma doença crónica, deve falar com o seu médico de família ou farmacêutico sobre a vacina antipneumocócica, que protege da pneumonia. Normalmente, a vacina antipneumocócica só precisa ser administrada **uma vez**. Pode tomar esta vacina no mesmo dia que a vacina contra a gripe.

Para mais informações, consulte: www.hse.ie/flu.

Também pode encontrar um link para o panfleto de informação ao paciente relativo à vacina em www.hpra.ie. Procure por Influvac Tetra.

Declaração de Privacidade: Para a administração segura de vacinas e o registo de todos os dados necessários para monitorizar e gerir as vacinas, o HSE irá tratar os dados pessoais do seu filho. Todos os dados tratados pelo HSE estarão em conformidade com as diversas legislações de proteção de dados incluindo as Leis de Proteção de Dados de 1988-2018, o Regulamento (UE) 2016/679 (Regulamento Geral sobre Proteção de Dados, RGPD) e a Lei de Identificadores em Saúde de 2014. O tratamento dos dados do seu filho será feito de forma lícita e leal. Os dados só serão tratados para fins específicos incluindo a gestão de vacinações, a comunicação e monitorização de programas de vacinação, a validação de clientes e a prestação de cuidados de saúde. Pode também ocorrer a partilha de dados entre departamentos do HSE

National Immunisation Office

www.hse.ie/flu

Código de encomenda: HNI00719

Agosto de 2023