Autor: Cláudia Oliveira

Última atualização: 2019/01/17

Palavras-chave: Gripe; Vacina Antigripal; Prevenção Primária; Controlo de Doenças Transmissíveis; Imunização

Resumo

A gripe é uma doença contagiosa, causada pelo vírus Influenza.
Apesar de, habitualmente, ser uma doença autolimitada, pode constituir uma infeção grave, especialmente em indivíduos de saúde mais frágil.
Em Portugal, existe uma vacina eficaz, administrada anualmente e disponível para toda a população. Alguns grupos de risco podem ser vacinados gratuitamente nos Centros de Saúde. A época de vacinação inicia-se em Outubro e estende-se durante o Outono, protegendo os indivíduos vacinados aquando do pico de incidência da infeção.
A vacinação anual permanece a medida mais eficaz na prevenção da gripe, podendo evitar até 60% dos casos de doença. As pessoas vacinadas têm menor risco de complicações e internamentos associados à infeção gripal. Nas mulheres grávidas, a vacinação também confere proteção ao bebé, durante os primeiros meses de vida.
A vacina contra a gripe é segura, estando fortemente recomendada em grupos populacionais de risco, tais como idosos, doentes crónicos e grávidas.

Gripe

Vírus da gripe
A **gripe** é uma doença contagiosa, causada pelo *vírus Influenza*. Esta infeção propaga-se por contacto com secreções respiratórias de pessoas doentes, principalmente após a ocorrência de tosse ou espirros.
A infeção afeta o nariz, a garganta e, em casos mais graves, os pulmões. Associa-se a sintomas como febre, arrepios, dor de garganta, tosse, dores musculares, mal-estar e fadiga.
Na maioria das pessoas saudáveis a gripe é uma **infeção banal e autolimitada**, sem critérios de gravidade clínica. Todavia, pode tornar-se uma doença grave, particularmente em pessoas de saúde mais frágil, como crianças, idosos e doentes crónicos. Por esta razão, a vacinação antigripal está fortemente recomendada em grupos populacionais considerados de risco.

Vacina Antigripal

Em Portugal, a **vacina contra a gripe** é uma vacina trivalente inativada, que confere proteção contra três estirpes de *vírus Influenza*. Não utiliza vírus vivos na sua composição pelo que é incapaz de provocar doença.
A época de vacinação inicia-se em **Outubro** e prolonga-se durante o Outono, de modo a proteger o indivíduo vacinado durante o pico de incidência da gripe (entre Dezembro e Fevereiro).

A sua administração realiza-se **anualmente**. Duas semanas após a toma da vacina, começam a ser produzidos anticorpos, responsáveis pela proteção contra a gripe.

Alguns Factos Sobre a Vacina

A Vacina Contra a Gripe?

1. Não provoca gripe.

Uma vez que é uma vacina inativada, não utiliza vírus vivos na sua composição, pelo que é **incapaz de provocar gripe**.
Apesar disso, uma vez que existem muitos tipos (ou estirpes) diferentes de vírus Influenza, uma pessoa vacinada não fica completamente protegida, podendo desenvolver gripe se contactar com uma estirpe viral não abrangida pela vacina. Mesmo assim, nestas pessoas, a doença tende a ser mais ligeira.

2. Não protege contra constipações.

Os **resfriados comuns**, vulgarmente conhecidos como constipações, são provocados por outros tipos de vírus, contra os quais a vacina da gripe não confere proteção.

3. Deve ser tomada todos os anos.

O *vírus Influenza* tem a capacidade de se alterar rapidamente. Para fazer face a tais alterações, realiza-se um programa de vigilância epidemiológica, no qual se identificam as estirpes virais mais importantes daquele ano. O objetivo é desenvolver uma vacina que confira a maior proteção possível durante o pico de incidência seguinte. Assim, a criação de uma vacina atualizada, diferente das vacinas anteriores, justifica a necessidade de uma nova vacinação antigripal todos os anos.

4. É segura.

Embora possa apresentar efeitos adversos, como dor no local da injeção, febre baixa, dor de cabeça, dores musculares e sensação de mal-estar, estes tendem a ser leves e passageiros, com duração de um a dois dias.

Grupos-alvo da Vacinação

A vacina contra a gripe é particularmente recomendada nos seguintes grupos populacionais:

- Pessoas com **idade igual ou superior a 65 anos**;
- Adultos, ou crianças com idade superior a 6 meses, **portadores de doenças crónicas** debilitantes (tais como bronquite crónica, asma, imunodeficiências e insuficiência renal crónica);
- **Grávidas** no 2º ou 3º trimestre da gravidez;
- Pessoas em **contacto com doentes de alto risco** (profissionais de saúde, técnicos de assistência em lares de idosos?).

A vacina está contraindicada em caso de alergia a algum dos seus componentes, incluindo ovo, e também em contexto de doença febril aguda.

Benefícios da Vacinação

A vacinação é a **medida mais eficaz** para a prevenção da gripe, evitando até 60% dos casos de doença.
Os indivíduos vacinados, incluindo crianças e idosos, têm menor risco de virem a ser internados por complicações relacionadas com a infeção gripal.
Quando vacinados, os portadores de doenças crónicas, tais como diabetes mellitus ou doença pulmonar obstrutiva crónica, têm menor risco de internamento.
Por outro lado, nas mulheres grávidas, a vacina protege tanto a mãe como a criança, graças à passagem de anticorpos protetores para o bebé.

Conclusão

A vacinação contra a gripe permanece uma medida simples, segura e eficaz na prevenção desta infeção.
Vacinando-se, estará a proteger a sua saúde e a daqueles que o rodeiam.

Referências Recomendadas

- DGS. Gripe. 2019
- ECDC. Seasonal Influenza Vaccines. 2019

- Vaccine Knowledge Project. Inactivated Flu Vaccine. 2019

Voltar à página inicial **Tem alguma dúvida? Fale connosco** ·····

Cláudia Oliveira