

Sete vacinas que os adultos precisam tomar

Sarampo, pneumonia e outras doenças prejudicam a imunidade mesmo na idade adulta

O Dia da Imunização, 9 de junho, serve para lembrar que não são apenas as crianças que devem estar com a carterinha em dia. Ninguém reluta em levar o filho para tomar uma vacina contra sarampo ou paralisia infantil, mas na hora de cuidar da própria saúde, muitos adultos negligenciam as campanhas de vacinação. Em todas as fases de nossa vida, porém, estamos suscetíveis a infecções por vírus e bactérias que, se não tratadas, podem causar muitos problemas.

As doenças crônicas que se manifestam mais na vida adulta são fortes indicadores de que o indivíduo precisa se vacinar. "As pessoas que estão em grupos de risco, como as pessoas com mais de 60 anos ou aquelas que têm doenças crônicas, devem sempre estar informadas sobre a vacinação", diz o infectologista Paulo Olzon, da Unifesp.

Existem vacinas tanto para bactérias como para vírus. "No primeiro caso, a vacinação é feita para controlar surtos epidemiológicos e, para o caso dos vírus, a imunização normalmente dura a vida toda, sendo necessárias apenas algumas doses de reforço para garantir que a doença não vai mais voltar", diz Paulo Olzon. Confira sete tipos que merecem estar na sua carteira de vacinação.

Vacina dupla tipo adulto - para difteria e tétano

A difteria é causada por uma bactéria, que é contraída pelo contato com secreções de pessoas infectadas. Ela afeta o sistema respiratório, causa febres e dores de cabeça, em casos graves, pode evoluir para uma inflamação no coração.

A toxina da bactéria causadora do **tétano** compromete os músculos e leva a espasmos involuntários. A musculatura respiratória é uma das mais comprometidas pelo tétano. Se a doença não for tratada precocemente, pode haver uma parada respiratória devido ao comprometimento do diafragma, músculo responsável por boa parte da respiração, levando a morte. Ferir o pé com prego enferrujado que está no chão é uma das formas mais conhecidas do contágio do tétano.

A primeira parte da vacinação contra difteria e tétano é feita em três doses, com intervalo de dois meses. Geralmente, essas três doses são tomadas na infância. Então confira a sua carteira de vacinação para certificar-se se a vacinação está em ordem. Depois delas, o reforço deve ser feito a cada dez anos para que a imunização continue eficaz. É nesse momento que os adultos cometem um erro, deixando a vacina de lado.

Vacina Tríplice-viral - para sarampo, caxumba e rubéola

Causado por um vírus, o **sarampo** é caracterizado por manchas vermelhas no corpo. A transmissão ocorre por via respiratória. De acordo com dados do Ministério da Saúde, a mortalidade entre crianças saudáveis é mínima, ficando abaixo de 0,2% dos casos. Nos adultos, essa doença é pouco observada, mas como a forma de contágio é simples, os adultos devem ser imunizados para proteger as crianças com quem convivem.

Conhecida por deixar o pescoço inchado, a **caxumba** também tem transmissão por via respiratória. Mesmo que seja mais comum em crianças, a caxumba apresenta casos mais graves em adultos, podendo causar meningite, encefalite, surdez, inflamação nos testículos ou dos ovários, e mais raramente no pâncreas.

Já a **rubéola** é caracterizada pelo aumento dos gânglios do pescoço e por manchas avermelhadas na pele, é mais perigosa para gestantes. O vírus pode levar à síndrome da rubéola congênita, que prejudica a formação do bebê nos três primeiros meses de gravidez. A síndrome causa surdez, má-formação cardíaca, catarata e atraso no desenvolvimento.

O adulto deve tomar a tríplice-viral se ainda não tiver recebido as duas doses recomendadas para a imunização completa quando era criança e se tiver nascido depois de 1960. O Ministério da Saúde considera que as pessoas que nasceram antes dessa data já tiveram essas doenças e estão imunizados, ou já foram vacinados anteriormente.

Mesmo que todos com essas características devam ser vacinados, as mulheres que pretendem ter filhos, que não foram imunizadas ou nunca tiveram rubéola devem tomar a vacina um mês antes de engravidar, já que a rubéola é bastante perigosa quando acomete gestantes, podendo causar deformidade no feto.

Vacina contra a hepatite B

A **Hepatite B** é transmitida pelo sangue, e em geral não apresenta sintomas. Alguns pacientes se curam naturalmente sem mesmo perceber que tem a doença. Em outros, a doença pode se tornar crônica, levando a lesões do fígado que podem evoluir para a cirrose. "A imunização contra essa doença é importante, pois ela pode causar problemas sérios, como câncer no fígado", diz Paulo Olzon.

De acordo com o especialista, há algumas décadas, o tipo B da hepatite era o mais encontrado, já que ela pode ser transmitida através da relação sexual e as pessoas não tomavam cuidado com a prevenção de doenças sexualmente transmissíveis. Depois de uma campanha de vacinação e imunização, e da classificação da hepatite C pelos médicos, ela não pode ser vista como epidemia, mas ainda é preciso tomar cuidado com essa doença.

Até os 24 anos, todas as pessoas podem tomar a vacina contra hepatite B, gratuitamente, em qualquer posto de saúde. A aplicação da vacina também continua de graça, quando o adulto faz parte de um grupo de risco. "Pessoas que tenham contato com sangue, como profissionais de saúde, podólogos, manicures, tatuadores e bombeiros, ou que tenham relacionamentos íntimos com portador da doença são as mais expostas a essa doença", diz o especialista. Fora isso, qualquer adulto pode encontrar a vacina em clínicas particulares.

Pneumo 23 - Pneumonia

O pneumococo, bactéria que pode causar a pneumonia, entre outras doenças, pode atacar pessoas de todas as idades, principalmente indivíduos com mais de 60 anos. "Pessoas com essa idade não podem deixar de tomar a vacina pneumo 23", diz Paulo Olzon.

A **pneumonia** é o nome dado a inflamação nos pulmões causada por agentes infecciosos (bactérias, vírus, fungos e reações alérgicas). Entre os principais sintomas dessa inflamação dos pulmões, estão febre alta, suor intenso, calafrios, falta de ar, dor no peito e tosse com catarro. Adultos com doenças crônicas em órgãos como pulmão e coração -alvos mais fáceis para o pneumococo, devem tomar essa vacina sempre que há uma campanha de vacinação.

Mesmo que ela seja uma das vacinas mais importantes para ser tomadas é a única vacina do calendário que não é oferecida em postos de saúde. É preciso ir a um Centro de Referência para Imunobiológicos Especiais, em locais como o Hospital das Clínicas e a Unifesp.

Vacina contra a febre amarela

A febre amarela é transmitida pelo mesmo mosquito transmissor da dengue, o *Aedes aegypti*. A doença tem como principais sintomas febre, dor de cabeça, calafrios, náuseas, vômito, dores no corpo, icterícia (pele e olhos amarelados) e hemorragias. "Se a **febre amarela** não for tratada, pode levar a morte", explica o especialista.

Por ser uma doença grave, e com alto índice de mortalidade, todas as pessoas que moram em locais de risco devem tomar a vacina a cada dez anos, durante toda a vida. Quem for para uma dessas regiões precisa ser vacinado pelo menos dez dias antes da viagem. No Brasil, as áreas de risco são: zonas rurais no Norte e no Centro-Oeste do país e alguns municípios dos Estados do Maranhão, do Piauí, da Bahia, de Minas Gerais, de São Paulo, do Paraná, de Santa Catarina e do Rio Grande do Sul.

Mesmo que os efeitos colaterais mais sérios sejam muito raros, a vacina contra febre amarela deve ficar restrita aqueles indivíduos que moram ou irão viajar para algum lugar de risco. "Nesse sentido, a preocupação dos médicos está relacionada ao risco de reação alérgica grave ou anafilática, que pode levar a morte os pacientes propensos", explica o infectologista Paulo Olzon.

Vacina contra o influenza (gripe)

A vacina contra **gripe** deve estar na rotina de quem está com mais de 60 anos. "Muitas pessoas deixam de tomá-la com medo da reação que ela pode causar, mas isso é um mito, já que a suposta reação do corpo não tem nada a ver com a vacina, e sim com a própria gripe", diz o especialista. "Isso porque o vírus da gripe fica semanas em nosso corpo sem se manifestar e a proteção da vacina não é imediata como as pessoas imaginam."

A gripe é transmitida por via respiratória, leva a dores musculares e a febres altas. Seu ciclo costuma ser de uma semana. Pessoas com mais de 60 anos podem tomar a vacina nos postos de saúde, enquanto os mais jovens podem ser vacinados em clínicas particulares. "Os idosos que não querem esperar até a campanha anual de vacinação contra a gripe podem tomar a vacina em clínicas particulares em todas as épocas do ano", diz Paulo Olzon.

HPV

A vacina existe tanto para homens quanto para mulheres e previne os quatro principais tipos do Papilomavírus Humano - o **HPV**. Segundo o Ministério da Saúde, 137 mil novos casos de HPV são registrados por ano no Brasil. O vírus, transmitido durante a relação sexual, é responsável por 90% dos casos de câncer de colo do útero, além de provocar tumores de vulva, pênis, boca, ânus e pele.

Apesar de existir a vacina bivalente, que protege dos tipos 16 e 18 de HPV e só é aplicada em mulheres, a quadrivalente é a mais indicada, pois protege desses dois tipos citados mais os tipos 6 e 11 e também serve para os homens. "A quadrivalente deve ser tomada em três doses, sendo a segunda dose após 30 dias da primeira e a terceira, seis meses depois da segunda", afirma o ginecologista Amadeu Carvalho Júnior, da Amhpla Cooperativa de Assistência Médica.

A Anvisa recomenda a vacinação em pessoas dos nove aos 26 anos - em especial para aquelas que ainda não iniciaram sua vida sexual, para garantir maior eficácia na proteção. Vale lembrar, no entanto, que a vacina não dispensa o uso de preservativos na relação. "O HPV possui mais de 100 tipos diferentes e a vacina protege apenas de alguns deles", explica o ginecologista Amadeu.

Fonte: <http://yahoo.minhavidade.com.br/saude/galerias/12814-sete-vacinas-que-os-adultos-precisam-tomar/7#conteudoTxt>