

As Vacinas Previnem Doenças

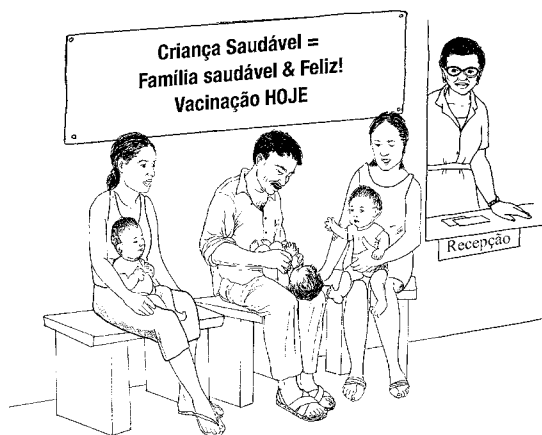
As vacinas, também chamadas imunizações, podem prevenir muitas doenças, que podem fazer com que as pessoas fiquem doentes ou causar a morte. As vacinas actuam fortalecendo o sistema imunológico, a parte do corpo que luta contra as doenças infecciosas para que este possa recuperar a saúde. Se o sistema imunológico é forte e está preparado, ele reconhece rapidamente as ameaças à saúde e já sabe como combatê-las. As vacinas não causam a doença.

Como funcionam as vacinas? Uma vacina é feita de um micróbio (germe) atenuado ou inactivo e a sua presença mostra ao corpo como eliminar micróbios (germes) semelhantes no futuro, antes que a pessoa adoça. A forma como o corpo constrói essa protecção é criando “anticorpos” específicos para combater as doenças com sucesso. Esses anticorpos protegem a si e outras pessoas que vivem ao seu redor contra os micróbios que causam a doença.

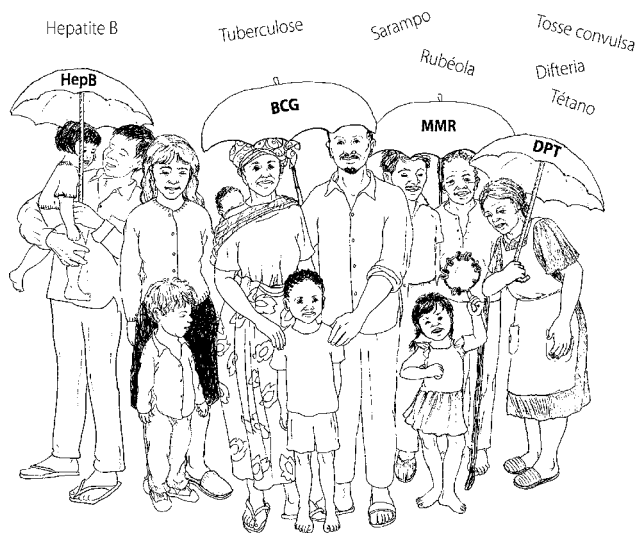
Os bebés nascem com alguns dos anticorpos que precisam, que vêm directamente da mãe. Quando as mães amamentam, isso fortalece ainda mais o sistema imunológico do bebé. As vacinações fortalecem o sistema imunológico do bebé à medida que crescem. Assim como uma boa nutrição ajuda o corpo de uma criança a crescer, as vacinas ajudam a desenvolver o sistema imunológico.

As vacinações funcionam. Algumas doenças que levaram a morte ou incapacitaram muitas pessoas no passado, tal como a varíola, desapareceram e a vacina já não é necessária.

Outras doenças que eram alvos das vacinas estão se tornando menos comuns. Vacinar todos os bebés e crianças, e também os adultos se necessário, pode impedir a transmissão ou o retorno de muitas doenças.



A vacina protege a pessoa que a recebe, e isso protege as outras pessoas quando um número suficiente de pessoas está vacinado. Se a doença não encontra pessoas que não foram vacinadas, ela não se pode transmitir. Com o tempo, com mais pessoas vacinadas, haverá cada vez menos casos.



Existe força nos números! Quando a maioria das pessoas está vacinada, a sua resistência à doença protege as outras que são muito jovens ou estão muito doentes para serem vacinadas. Isso é chamado de imunidade de grupo.

Aprenda sobre vacinas e porque necessitamos delas

As vacinas protegem as crianças de muitas doenças graves, incluindo tosse convulsa, tétano, pneumonia, sarampo, hepatite B, tuberculose e diarreia causada por infecção por rotavírus. A vacina contra o HPV (um tipo de vírus) previne alguns tipos de cancro. Se os seus filhos forem vacinados, eles estarão protegidos de muitas doenças graves.

As vacinas são geralmente gratuitas para bebés e crianças e cada país tem o seu próprio calendário de quando cada uma é administrada. Os profissionais de saúde marcam as consultas para os bebés e crianças para se certificarem de que estão a crescer bem e administrarem as vacinas que necessitam para se manterem saudáveis.

Muitas vacinas são administradas mais de uma vez para ajudar o nosso corpo a fortalecer-se contra uma determinada doença. Depois de uma pessoa receber o conjunto principal ou uma série da mesma vacina, por exemplo, 3 injecções ao longo de 6 meses, ela pode ainda precisar de uma ou mais vacinações de reforço mais tarde. Quando o efeito da vacina se diminui, um reforço é um lembrete para o corpo sobre como combater a doença.



? Se o meu filho estiver doente quando as vacinas estão programadas?



➔ As vacinas podem ser administradas a alguém com uma constipação ou doença ligeira. Se uma criança tiver um problema de saúde grave, o trabalhador de saúde dirá à família se a vacinação deve ser adiada.

? As vacinas são seguras?



➔ As vacinas são seguras. Elas não provocam doença. Algumas vacinas podem causar algumas dores ou febre ligeira, mas isso desaparece rapidamente. Se ouvir rumores de que uma vacina é insegura, fale com profissionais de saúde de confiança para obter informações fiáveis.

? As vacinas são apenas para crianças?



➔ Todas as crianças precisam de vacinas, mas a necessidade de vacinas não termina após a infância. Para algumas doenças, as crianças mais velhas e os adultos necessitarão de injeções adicionais, chamadas "reforços", para se manterem protegidos. Isto porque, com o tempo, o efeito de algumas vacinas desaparece. As mulheres grávidas são também vacinadas para proteger a mãe e a saúde do bebé. As pessoas idosas ou uma pessoa com uma doença grave podem beneficiar de uma vacinação para proteger contra uma doença como a gripe, à qual o seu corpo pode não resistir bem.

? O número e o tipo de vacinas mudaram comparadas ao meu primeiro filho. Porquê?



➔ Para algumas doenças, mais do que uma companhia farmacêutica fabrica uma vacina que é segura e funciona bem. Elas podem ter calendários diferentes. Assim, se dois países utilizarem uma marca diferente de vacina, ou se o mesmo país mudar de uma vacina para outra, o calendário de injeções pode mudar também. Outras mudanças acontecem quando uma nova vacina é criada ou quando a antiga já não é necessária.

Quem necessita de vacinações e quando?

Cada região, país e por vezes cada distrito de um país tem a sua própria lista de vacinas necessárias:

- Algumas vacinas são administradas a quase todas as pessoas - crianças e adultos. As crianças mais velhas ou adultos que não fizeram as vacinas administradas aos bebés podem ainda recebê-las mais tarde.
- Algumas vacinas são úteis apenas em certas regiões e são administradas apenas a pessoas que aí vivem ou que as visitam.
- Algumas vacinas não são necessárias para todos, mas são recomendadas para certos grupos, tais como mulheres grávidas, profissionais de saúde, ou pessoas mais velhas.
- Quando uma doença é nova numa região, geralmente todos necessitarão da vacina.



Na minha cultura, todos são uma família. Ao vacinar as nossas crianças, protegemos agora a todos e também ajudamos as gerações futuras.

A vacinação de rotina protege os bebés e crianças

Os profissionais de saúde fazem vários check-ups (observações) aos bebés durante o seu primeiro ano de vida. Isto acontece também quando eles administram a maioria das vacinas. Quais e quando cada uma delas é administrada dependerá das recomendações de saúde do seu país.

Para manter os bebés e as crianças saudáveis, as vacinas são muito importantes, do mesmo modo que as condições de vida que previnem as doenças. Água segura, bom saneamento, amamentação durante pelo menos os primeiros 6 meses de vida, e uma boa nutrição evitará muitas doenças. (Ver os capítulos Água e Saneamento: Chave para se Manter Saudável e Alimentar-se Bem para uma Boa Saúde).

As vacinas e os reforços das vacinas são administrados aos adultos quando é necessária outra dose de vacina depois da infância para que a protecção dure ou porque não receberam todas as vacinas quando eram crianças.

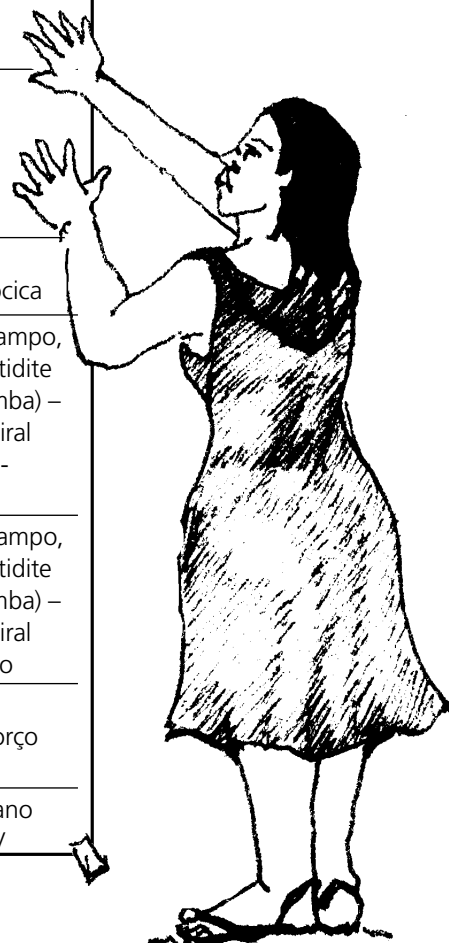


A bebé está crescendo muito bem. Hoje vamos administrar as suas próximas vacinas para mantê-la saudável.

As autoridades sanitárias de cada país recomendam um calendário para a vacinação de bebês e crianças. Este mostra que as vacinas são administradas em conjunto e em que idade. Quando 2 vacinas não podem ser administradas em combinação, é frequentemente porque não funcionam tão bem quando entram no corpo ao mesmo tempo.

Quando as crianças no seu país necessitam de vacinas?

A nascença		BCG HepB
2 meses	1a dose de:	pólio pentavalente rotavírus anti- pneumocócica
4 meses	2a dose de:	
6 meses	3a dose de	pólio anti-pneumocócica
9 a 12 meses		1a dose de Sarampo, Rubéola e Parotidite (papeira, caxumba) – vacina tríplice viral Reforço de anti- pneumocócica
18 meses		2a dose de Sarampo, Rubéola e Parotidite (papeira, caxumba) – vacina tríplice viral Reforço de pólio
4 a 6 anos		DPT 2a dose de reforço da pólio
9 a 11 anos		Reforço de Tétano 2 doses de HPV



Um calendário de vacinação muitas vezes semelhante a este, embora as idades para cada grupo de vacinas possam ser diferentes de um país para outro. Além disso, nem todos os países utilizam a mesma combinação de vacinas e nem todas as vacinas são necessárias em todo o lado. Descubra o que é recomendado onde vive.

Vacinas e HIV

Em geral, os bebês e adultos com HIV necessitam das mesmas vacinas que as outras pessoas. Em alguns casos, uma criança ou adulto com HIV pode precisar de uma dose extra, tal como a vacina contra o sarampo.

Para algumas vacinas (BCG, Tríplice viral, vacina de pólio Oral), assegure-se de que a saúde está estável e que iniciaram os medicamentos para o tratamento do HIV antes da vacinação. O tratamento do HIV torna o sistema imunológico do corpo mais forte e isto faz com que as vacinas funcionem melhor.

Para a vacina BCG, é seguro dar à nascença mesmo que a mãe tenha HIV. No entanto, se a criança for mais velha e tiver HIV, trate o HIV primeiro.

Vacinas e gravidez

As vacinas protegem a saúde da mãe e do bebê em desenvolvimento. Além disso, a mulher grávida passa os anticorpos das vacinas ao seu feto que ajudam a proteger o bebê após o nascimento. Os recém-nascidos são demasiado pequenos para apanharem algumas vacinas nas primeiras semanas ou meses de vida.

Partilhe esta informação com os pais das meninas e mulheres grávidas:

- As vacinas não afectam a menina ou a capacidade da mulher engravidar.
- A maioria das vacinas é segura durante a gravidez.
- Quando as meninas apanham todas as vacinas quando crianças, são necessárias menos vacinas durante a gravidez. A vacina contra a rubéola (sarampo alemão) é um bom exemplo de uma vacina que é útil dar a crianças ou mulheres jovens antes da gravidez porque a rubéola numa grávida é perigosa para o bebê.
- Todos precisam da vacina contra o tétano repetida ao longo dos anos, quer como uma única vacina, quer como parte de uma vacina combinada. Se uma mulher não tomou recentemente uma vacina contra o tétano, ela precisará de uma durante a gravidez. A vacina evita uma infecção grave, o tétano no recém-nascido causado pelo uso de um instrumento não esterilizado durante o parto.
- No seu país, os profissionais de saúde podem recomendar outras vacinas durante a gravidez, tais como vacinas contra a tosse convulsa ou a gripe.

Algumas vacinas são evitadas durante a gravidez, tais como a BCG ou a vacina contra o sarampo. Ao administrar vacinas, pergunte primeiro a uma mulher se ela pode estar grávida.

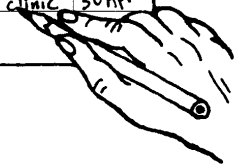


Estar completamente vacinada como rapariga significa uma gravidez segura mais tarde. Se estiver a pensar em engravidar, fale com um profissional de saúde para se certificar de que todas as suas vacinas estão actualizadas.

Mantenha o Registo

Pedir e guardar quaisquer cartões ou documentos de imunização que mostrem o nome e a data das vacinações. As crianças precisam frequentemente destes registos para se inscreverem na escola e os adultos precisam deles para trabalhar, viajar, e para mostrar aos profissionais de saúde as vacinas que já receberam e as que ainda precisam. Se não tiver cartões na sua unidade sanitária, mantenha um registo e peça à pessoa que deu a vacina que preencha a informação e a assine.

IMMUNIZATION RECORD			
Name: MIRA KUMAR			
Date of birth: 10 FEB 2019			
Medical conditions or allergies:			
Vaccine name and type	Date given	Given by	Next dose
BCG	10 Feb 19	Birth center	—
bOPV polio	10 Feb 19	Birth center	30 Mar
Hep B	10 Feb 19	Birth center	30 Mar
DTP-Hib-HepB	30 Mar 19	Baby clinic	30 Apr
OPV polio	30 Mar 19	Baby clinic	30 Apr
Rotavirus	30 Mar 19	Baby clinic	30 Apr



Vacinas Comuns

Na maioria dos países, existem vacinas para proteger contra:

- Tuberculose (TB)
- Tétano
- Difteria
- Tosse convulsa (pertussis)
- Hepatite B
- Haemophilus influenza tipo b, que causa várias doenças
- Pólio
- Rotavirus, uma causa de diarreia em bebés e crianças pequenas
- Pneumococcus, que causa pneumonia e outras infecções
- Sarampo
- Rubéola (Sarampo Alemão)
- Papiloma Víus Humano (HPV), que causa cancro do colo do útero

Quando é necessário, existem vacinas para proteger contra:

- Cólera
- Infecção meningocócica
- Febre amarela
- Encefalite Japonesa
- Encefalite transmitida por carraças
- Hepatite A
- Varicela
- Gripe (influenza)
- Febre tifoide
- Raiva



A vacina BCG protege contra a tuberculose (TB)

A BCG é uma injeção aplicada por baixo da pele. É administrada o mais cedo possível após o nascimento.

- Se alguém num agregado familiar tiver tuberculose, e as crianças nunca apanharam BCG, vacine-as o mais cedo possível.
- Não vacine as mulheres grávidas com BCG.
- Um bebé nascido de uma mãe HIV+ pode receber a BCG à nascença. Para qualquer pessoa com HIV, inicie o tratamento do HIV com medicamentos antirretrovirais antes de administrar o BCG.

A tuberculose (TB) é uma infecção perigosa, geralmente nos pulmões, que pode ser tratada e curada com medicamentos. Se não for tratada, a tuberculose destrói lentamente os pulmões e impede a pessoa de respirar. A vacina BCG ajuda a prevenir os tipos mais perigosos de tuberculose e ajuda também o corpo a resistir a outras infecções.



*Foram criadas vacinas combinadas, pelo que são necessárias menos injeções. A **pentavalente** é uma vacina combinada comum para proteger contra 5 doenças com apenas 1 injeção: difteria, tosse convulsa, tétano, hepatite B, Haemophilus Influenzae B. A **hexavalente** é utilizada em alguns países para proteger contra 6 doenças: as mesmas 5 que a pentavalente mais a poliomielite.*

DPT (também DTaP, Tdap) protege contra difteria, tosse convulsa, tétano

A vacina DPT protege contra 3 doenças. As vacinas pentavalente e hexavalente incluem a DPT. Até aos 6 meses de idade, os bebés recebem uma série de 3 injeções.

- As crianças mais velhas recebem geralmente 3 injeções de DTP ou uma combinação para prevenir a difteria e o tétano (Td, Dt).
- A vacina DPT na gravidez ajuda a proteger o bebé.
- Receber as 6 doses de DPT (série de 3 e 3 reforços) dá protecção contra tétano durante décadas. Os reforços do tétano (TT) são necessários se as séries de infância estavam incompletas ou se você tiver uma ferida profunda ou suja.

A difteria afecta sobretudo as crianças e pode inchar tanto a garganta que a pessoa não consegue respirar.

A tosse convulsa causa uma tosse má chamada tosse convulsa, tornando difícil a respiração. Isto é especialmente perigoso para os bebés.

O tétano pode tornar-se mortal rapidamente. Qualquer pessoa pode tê-la a partir de um corte ou ferida. Os recém-nascidos podem apanhar tétano se a mãe não for vacinada.

HepB (também HBV) protege contra a hepatite B

Aos 6 meses de idade, os bebés recebem uma série de 3 ou 4 injeções.

- A primeira vacina é dada à nascença e as outras até aos 6 meses de idade, quer com a série DPT ou como parte das vacinas pentavalente ou hexavalente.
- Vacine as crianças mais velhas e adultos com uma série de 3 injeções de HepB, caso não as tenham recebido quando em bebés.

A hepatite B causa graves problemas hepáticos e, por vezes, cancro do fígado. Pode ser transmitida de mãe para o bebé durante o parto, ou entre 2 pessoas através do sexo ou agulhas sujas.

A vacina Hib protege contra haemophilus influenzae tipo b

Até aos 6 meses, os bebés recebem uma série de 3 injeções, quer com a série DPT ou como parte das vacinas pentavalente ou hexavalente.

- Pode ser necessário um reforço dos 12 a 15 meses.
- Adultos e crianças com mais de 5 anos normalmente não precisam da vacina Hib, a menos que tenham anemia falciforme ou problemas do sistema imunitário.

A Haemophilus influenza tipo b não é como a influenza geralmente chamada gripe. É um micróbio que causa meningite, pneumonia, infecções da pele e ossos, e outras doenças graves.

A vacina da Pólio (OPV, IPV) protege contra pólio	
<p>Até aos 6 meses de idade, os bebés recebem uma série de 3 ou 4 doses.</p> <ul style="list-style-type: none"> • A primeira dose é administrada à nascença e as outras até aos 6 meses de idade, juntamente com a série DPT. • A OPV (Vacina da Pólio Oral) é administrada por via oral e a IPV (Vacina Inactivada da pólio) é administrada por injeção. • Dependendo do país, a série de vacinas contra a poliomielite inclui normalmente tanto a VOP como a IPV. 	<p>A poliomielite é causada por um vírus que pode levar à paralisia, problemas respiratórios e até à morte. Como muitas pessoas estão vacinadas contra o vírus da pólio, a poliomielite quase desapareceu.</p>
A vacina do rotavírus (VR) protege contra rotavírus	
<p>Até aos 6 meses de idade, os bebés recebem esta vacina 2 ou 3 vezes, dependendo do fabricante da vacina. Ela é administrada como gotas na boca.</p> <ul style="list-style-type: none"> • É administrada ao mesmo tempo que a série DPT ou pentavalente. • Durante 2 semanas após a vacinação do bebé, tenha cuidado extra de lavar bem as mãos ao mudar as fraldas para evitar doenças. 	<p>O rotavírus é uma doença comum que causa diarreia grave, febre, e vômitos. Transmite-se facilmente e é especialmente perigoso para bebés e crianças pequenas.</p>
A vacina pneumocócica (conjugada) protege contra a pneumonia e outras infecções causadas pelo pneumococo	
<p>Os bebés recebem uma série de 3 injeções.</p> <ul style="list-style-type: none"> • A vacinação é geralmente administrada ao mesmo tempo que a série DPT ou pentavalente, mas alguns países dão as 2 primeiras injeções até aos 6 meses e uma terceira injeção mais tarde. 	<p>Esta vacina previne infecções graves dos pulmões, cérebro, do sangue e das meninges causadas por pneumococos.</p> <p>A vacinação de todas as crianças é uma prioridade, mas também pode ser administrado aos mais velhos para proteger contra a pneumonia.</p>
As vacinas contra o Sarampo, MR, MMR protegem contra o sarampo	
<p>A vacina é frequentemente administrada como parte de uma vacina combinada, seja o MR (Sarampo e Rubéola) ou o MMR (Sarampo, Parotidite (Caxumba), e Rubéola). As crianças necessitarão de pelo menos 2 doses.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Num surto de sarampo, os bebés com 6 meses e mais podem ser vacinados. Eles recebem as 2 doses normais depois disso. • Uma criança com HIV também precisa de 2 ou por vezes 3 injeções, mas uma criança muito doente com HIV, precisa de tratamento e de saúde estável antes da vacinação. 	<p>O sarampo transmite-se facilmente entre as crianças e provoca erupções cutâneas, febre e tosse. Pode resultar em diarreia, infecções oculares ou dos ouvidos, cegueira, ou morte. As complicações devem ser tratadas.</p>
As vacinas contra a Rubéola, MR, MMR protegem contra a rubéola (sarampo alemão)	
<p>As crianças precisam de pelo menos 1 injeção. Administrar com a primeira vacina contra o sarampo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Muitas crianças recebem 2 injeções, uma vez que a vacina contra a rubéola faz parte de 2 vacinas comuns combinadas, a MR (Sarampo e Rubéola) e a MMR (Sarampo, Parotidite (papeira, caxumba) e Rubéola) que são administradas 2 vezes. • Em locais onde a maioria das pessoas não foi vacinada em criança, as campanhas de vacinação contra a rubéola podem concentrar-se nas raparigas mais velhas. 	<p>A rubéola pode causar erupções cutâneas e febre e depois desaparece. Mas se uma mulher grávida apanhar rubéola, é muito perigosa para a sua criança em desenvolvimento.</p> <p>A vacinação de todas as crianças ajuda as mulheres grávidas a não apanharem. Além disso, as meninas que são vacinadas não terão rubéola se ficarem grávidas na idade adulta.</p>

A vacina contra o HPV protege contra o papiloma vírus humano	
<p>As meninas precisam de 2 ou 3 injeções, dependendo da sua idade.</p> <ul style="list-style-type: none"> • A primeira injeção é administrada entre os 9 ou 10 anos de idade, e a segunda seis meses mais tarde. • Para uma mulher que já tem 15 anos ou mais: administrar a primeira injeção, esperar 4 semanas para a segunda, e esperar mais 12 semanas para administrar a terceira. 	<p>A vacina previne o cancro do colo do útero nas mulheres e alguns câncros nos homens. É mais importante para as meninas, mas se os orçamentos e os abastecimentos permitirem, alguns países ajudam os rapazes a apanhar esta vacina.</p>

Vacinas utilizadas apenas em algumas regiões e outras vacinas que apenas algumas pessoas necessitam

Cólera

A cólera é uma doença diarreica que pode matar rapidamente pessoas por desidratação. (ver o capítulo Dor Abdominal, Diarreia, e Parasitas, páginas 28 a 29).

A vacina contra a cólera é administrada pela boca e utilizada onde começou ou pode ocorrer um surto, especialmente em locais ou acampamentos onde vivem refugiados ou pessoas deslocadas. Serão necessárias 2 ou 3 doses, dependendo do fabricante da vacina. Se a cólera regressar a uma região, as pessoas podem precisar de uma série completa ou apenas de 1 dose de reforço.

As mulheres grávidas e a amamentar e pessoas com HIV devem ser incluídas em qualquer campanha de vacinação contra a cólera.



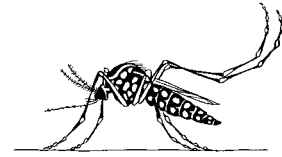
Infecção meningocócica

Esta vacina previne uma infecção muito grave, a meningite cerebral, mais comum nos países da África Central e do Norte. A vacina é para crianças e adultos. Os trabalhadores da saúde necessitarão dela se houver um surto. Ela é segura para as mulheres grávidas. Serão necessárias 1 ou 2 doses, dependendo do fabricante da vacina. Regiões diferentes utilizam uma versão da vacina adaptada ao tipo de meningococos que está presente.

Febre Amarela

A febre amarela é causada por um vírus transportado por mosquitos. Quando a febre amarela chega a uma nova área, transmite-se rapidamente e é especialmente perigosa para as crianças pequenas.

Quando a febre amarela é comum, vacine as crianças com 1 dose ao mesmo tempo que a do sarampo, entre os 9 a 12 meses de idade. Se a febre amarela chegar a uma nova região, vacine a todos, incluindo bebês com mais de 6 meses de idade.



Encefalite Japonesa

A encefalite japonesa é causada por um vírus transmitido e disseminado por mosquitos em partes da Ásia. Uma campanha de vacinação pode visar primeiro todas as crianças com menos de 15 anos de idade. Depois disso, só crianças que nascerem depois terão de ser vacinadas. As crianças precisam de 1 ou 2 injeções, dependendo do fabricante da vacina.

Encefalite transmitida por carraças

Esta encefalite é transmitida por carraças, pequenos insectos que picam, se enterram na pele e são difíceis de ver.

As crianças precisam geralmente de 3 injeções, a primeira com 1 ou 3 anos, a segunda 1 a 7 meses depois, e a terceira 9 a 12 meses depois da segunda, dependendo do tipo e do fabricante da vacina. Quando a encefalite transmitida por carraças é comum, é necessário um reforço a cada 3 a 5 anos. Como a doença é especialmente perigosa para os idosos, as campanhas podem concentrar-se na vacinação de adultos com mais de 50 anos de idade.

Hepatite A

A hepatite A é disseminada por alimentos ou água contaminados e prejudica o fígado. Causa um cansaço extremo, por vezes durante meses. Desaparece por si mesma e não volta. Onde a hepatite A é comum, não há necessidade de vacinação, mas onde a maioria das pessoas nunca teve a doença, a vacina irá prevenir a doença.

São administradas 1 ou 2 doses de vacina, dependendo do fabricante. Quando administrada rotineiramente às crianças, a primeira dose é administrada por volta dos 12 meses de idade, e a segunda 6 a 18 meses mais tarde.

Varicela

Esta vacina previne a varicela, uma doença que causa febre, erupção cutânea, comichão, e cansaço durante 1 ou 2 semanas. Dependendo do fabricante, são administradas 1 ou 2 injeções a cada criança, e por vezes a crianças mais velhas e adultos.

Influenza (gripe)

A influenza (gripe) é o nome de um grupo de vírus que se propagam durante alguns meses por ano, causando febre, arrepios e outros sinais semelhantes à constipação comum, mas mais graves. A maioria das pessoas recuperará da gripe, mas pode ser grave em bebés, idosos, ou pessoas com problemas de saúde. Todos os anos é criada uma nova vacina para proteger contra a mudança dos vírus da gripe. A vacinação de mulheres grávidas é frequentemente uma prioridade, porque elas transferirão a protecção para o bebé em desenvolvimento, que não pode ser vacinado contra a gripe até aos 6 meses de idade.

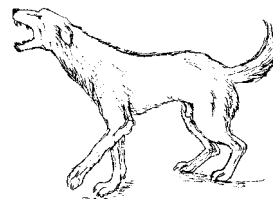
Normalmente é administrada uma injeção por ano. As crianças dos 6 meses aos 5 anos de idade recebem 2 injeções, com 4 semanas de intervalo, na primeira vez que são vacinadas.

Febre tifóide

A febre tifóide é uma infecção que causa febre, vómitos e outros sinais. Pode ser tratada com antibióticos. A febre tifoide transmite-se de pessoa para pessoa através de alimentos ou água. A lavagem das mãos e o acesso a água limpa e saneamento previne a sua transmissão. A vacina contra a febre tifoide apresenta-se em 2 formas: injeção ou comprimidos. A vacina é utilizada principalmente quando há um surto de febre tifoide e também em pessoas que viajam para os locais onde a febre tifoide é comum.

Raiva

A raiva é causada por um vírus mortal transmitido por animais, geralmente cães ou morcegos. A raiva é muito rara em alguns países e mais comum em outros. A vacinação de todos os cães contra a raiva reduz o risco para os seres humanos. Se um animal com raiva morde alguém, a pessoa precisa da série de injeções de vacinas contra a raiva a iniciar imediatamente e pode também precisar de uma injeção de imunoglobulina contra a raiva (ver o capítulo sobre Primeiros Socorros, página 75). É importante lavar muito bem a mordedura com sabão e água durante pelo menos 15 minutos.



Utilizar a vacina anti-rábica após uma mordedura de animal: quando a pessoa precisar tanto da imunoglobulina anti-rábica como da vacina anti-rábica, administrar primeiro a imunoglobulina e depois utilizar uma agulha diferente limpa para a vacina. Injectar o frasco completo da vacina (0,5 ml ou 1 ml, dependendo do fabricante da vacina) no músculo do braço no dia da mordedura, e depois novamente no dia 3 e no dia 7. Depois, uma quarta injeção é dada entre o dia 14 (2 semanas) e o dia 28 (4 semanas) após a mordedura. Para uma criança de 2 anos ou menos, as injeções são administradas na parte superior da coxa. Não administrar a vacina contra a raiva na nádega.

Mesmo que não haja imunoglobulina anti-rábica disponível lavar de imediato a pele muito bem e dar a série de vacinas anti-rábicas pode prevenir a raiva.

A vacina contra a raiva é administrada para prevenir a raiva antes de uma pessoa ser mordida, mas normalmente isto só é necessário por pessoas que trabalham directamente com animais que são susceptíveis de ter raiva.

Profissionais de Saúde: Chave para o Vacinação

Os profissionais de saúde são o ingrediente mais importante em qualquer campanha para ajudar crianças e adultos a obter as vacinas que necessitam para que todos se mantenham saudáveis. Mesmo que não seja um trabalhador de saúde a administrar a vacina, as pessoas ouvem os seus conselhos pois como membro da comunidade, as pessoas confiam em si.

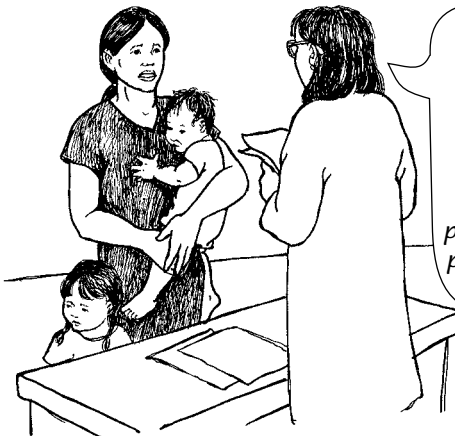
Se trabalha num centro de saúde ou clínica:

- Seja simpático e acolhedor para com cada um dos pais. Diga aos pais que qualquer pergunta é uma boa pergunta e eles não precisam sentir-se mal por perguntar.
- Porque as injeções podem doer, faça o seu melhor para tornar a experiência melhor para a criança. Talvez possa distrair a criança logo após a injeção com algo brilhante e colorido ou que faça som.
- Num grupo ou a cada família explique cada vacina e porque ela é necessária, antes administrar a vacina. Descreva se ela normalmente causa febre ligeira ou dor, para que os pais não se preocupem. Explique o que fazer se os pais notarem qualquer sinal de perigo, tal como uma reacção alérgica.
- Se a unidade sanitária está sem stock de uma vacina necessária, verifique se ela está disponível noutra unidade sanitária ou faça um plano com a família sobre quando podem voltar. Pode escrever um lembrete no cartão da unidade sanitária ou no cartão de vacinação (cartão de saúde).
- Ajudar as famílias a manter os registos da vacinação numa caderneta ou cartão de saúde da criança ou outro método. Isto encoraja as pessoas a planearem e tomarem decisões sobre a saúde dos seus filhos.



Vou injectar a vacina muito rapidamente para que ele sintam menos dor. Pode abraçá-lo para que ele se sintam seguro?

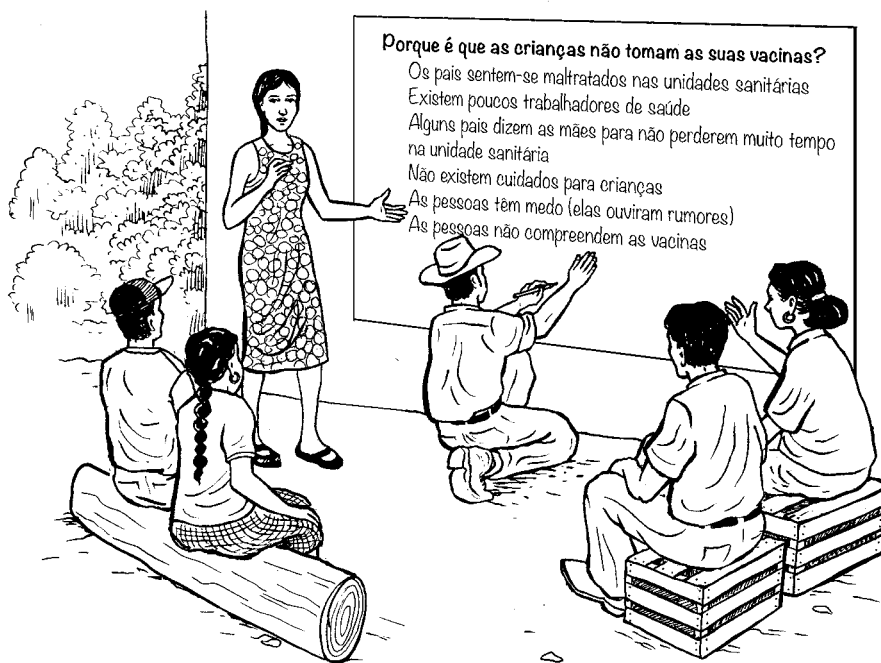
Muitas unidades sanitárias não obtêm todos os recursos que necessitam. Se isto fizer com que as pessoas tenham uma má experiência na unidade sanitária, podem não voltar para a vacinação. Mesmo com muito poucos trabalhadores ou suprimentos, encontram formas de melhorar a experiência das pessoas e fazê-las sentir-se bem ao visitarem a unidade sanitária.



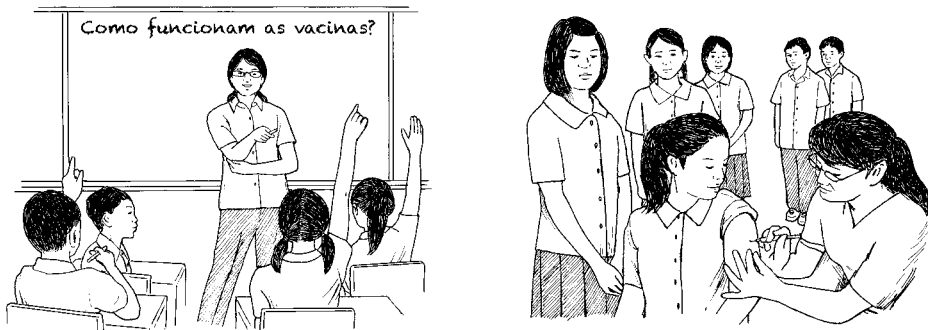
Lamento que o seu autocarro tenha chegado tão tarde. Podemos fazer as vacinações ainda hoje se puder esperar um pouco. Vieram de tão longe!

Na comunidade, encoraje as famílias a serem vacinadas:

- Fale com as mães e os pais. Embora as mães tragam geralmente as crianças para a unidade sanitária, quando os pais compreendem a importância das vacinas, as crianças têm mais probabilidades de apanhar as vacinas. Talvez ajude a falar também com os avós ou outros membros da família.
- Se uma família está evitando as vacinações, descubra porquê. Talvez seja um problema de transporte, dinheiro, ou outra coisa que possa ajudar a resolver. Assegure-os sobre a segurança e o valor das vacinas.
- Treine e envolva as parteiras ou outras pessoas que ajudam as mulheres grávidas e as novas mães para que possam responder a perguntas sobre vacinas e ajudar as pessoas a obtê-las.
- Envolver as crianças na promoção de vacinações. Se as crianças aprenderem sobre isso na escola, elas podem falar com os pais sobre as vacinas para os irmãos, familiares e vizinhos.
- Faça o que funciona na sua comunidade. Falar com as pessoas nas suas casas pode ajudar. Ou poderá descobrir que os pais gostam de visitar o centro de saúde. Conversar com professores e líderes religiosos ou outros líderes da comunidade pode encorajar mais pessoas a serem vacinadas.



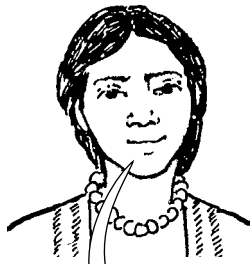
Você conhece melhor a sua comunidade. Ao organizar como garantir que todas as crianças obtenham as vacinas, veja quem está a tentar alcançar e o que as motiva, quais são as suas preocupações, quem toma que decisões familiares, e como envolver os líderes comunitários respeitados. Descubra também se é difícil para as pessoas obterem aconselhamento e serviços de saúde e o que é que poderia tornar mais fácil.



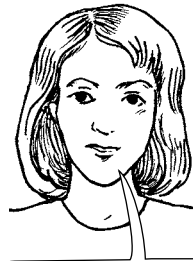
As escolas podem ensinar aos jovens sobre a importância das vacinas e a ciência de como funcionam. Os programas de vacinação também podem chegar às crianças, oferecendo vacinas na escola.



Os anúncios de rádio em todas as línguas funcionam bem para nós.



Sou o campeão de vacinação da minha câmara municipal. Fico com as pessoas entusiasmadas e envolvidas.



Os pais gostam dos textos de lembrete que a nossa unidade sanitária envia sobre as vacinas.



Ajudo o meu grupo da igreja a encontrar informação de confiança sobre vacinas.

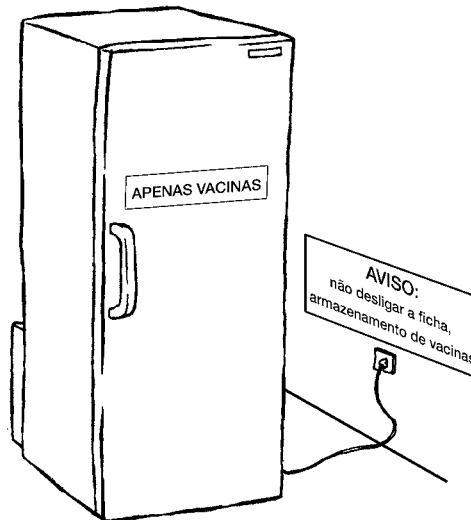
Participação pública: Vacinação para a igualdade

As vacinas eliminam ou reduzem a transmissão de muitas doenças que anteriormente causavam morte ou graves problemas de saúde. Mas isto é verdade quando as vacinas são gratuitas ou baratas, e os sistemas de saúde que as fornecem funcionam. Os profissionais de saúde, professores e outros líderes comunitários precisam de se manifestar para garantir que as vacinas são sempre seguras, administradas sem custos e disponíveis a todos os que delas necessitam, jovens e idosos. As pessoas precisam de pressionar os seus governos a resolver problemas de água insegura, falta de saneamento, pobreza, discriminação, e falta de vacinação — tudo isto causa má saúde..

Gestão de Vacinas

Manter as vacinas à temperatura correcta (mantendo a cadeia de frio)

É muito importante manter as vacinas à temperatura correcta. Se algumas vacinas ficarem quentes, podem estragar-se e não funcionar. Algumas vacinas devem permanecer frias mas não podem ser congeladas ou deixarão de funcionar. As vacinas devem ser mantidas à temperatura correcta desde o local onde são fabricadas até à comunidade onde o trabalhador de saúde vacina as crianças locais. Se a qualquer altura, desde a fábrica até ao transporte para o local de armazenamento, a vacina estiver muito quente, ou congelada quando não deveria estar, ela torna-se inútil.



As unidades frigoríficas e caixas isotérmicas são utilizadas para armazenar e transportar vacinas, bem como

os líquidos utilizados para as diluir. Saiba que vacinas são armazenadas e a que temperatura e prateleira ou compartimento é utilizado para cada uma delas. Em geral, as vacinas são armazenadas a uma temperatura inferior a 8°C e ligeiramente acima da congelação (2°C). Veja a caixa com a lista das vacinas que não deve ser permitido que fiquem muito quentes e aquelas que são congeladas.

Vacinas que podem ser congeladas:

Sarampo
MR
MMR
BCG
OPV (vírus pólio oral)
Febre amarela
Encefalite japonesa

Vacinas armazenadas muito frias mas NÃO CONGELADAS:

Cólera
Pentavalente
Hepatite B (Hepatite B)
Hib (Haemophilus Influenzae b +líquido)
HPV (papiloma vírus humano)
IPV (vírus do pólio inativado)
Influenza
Pneumocócica
Rotavírus (líquido e liofilizado)
Tétano (DT, Td)

Algumas vacinas podem estragar-se com luz brilhante, incluindo BCG e MMR. Para as proteger da luz solar e das fortes luzes interiores, guarde-as nos seus frascos de vidro escuro e na sua embalagem extra.

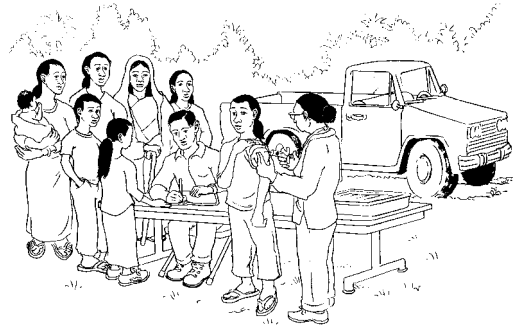
Quando uma vacina está preparada e pronta para ser utilizada, misturando-a com o seu líquido diluente, este deve também ser mantido frio. As pessoas treinadas para manusear as vacinas saberão quantas horas as vacinas permanecem úteis depois de preparadas e se precisam de ser descartadas no final do dia.

Aprender como armazenar, preparar e administrar vacinas

Todos podem promover a vacinação e muitos profissionais de saúde também aprendem a administrá-las. Se estiver a manusear ou administrar vacinas, a sua formação incluirá:

- como preparar as vacinas.
- como determinar a dose correcta para diferentes grupos etários.
- onde encontrar datas de validade e como eliminar as vacinas com prazo vencido.
- como escolher o tamanho correcto da agulha, o ângulo da injeção, e local da injeção para cada vacina no corpo.

Para a sua própria saúde e para a saúde daqueles que está a ajudar, lave as suas mãos antes de vacinar cada pessoa. Use uma agulha apenas uma vez e depois descarte-a de forma segura.



Assumir a responsabilidade pelos resíduos de vacinação

A última etapa de uma campanha de vacinação é muitas vezes esquecida: a eliminação adequada dos resíduos. Os restos de plásticos, agulhas e materiais biológicos criam problemas de saúde para as pessoas e o ambiente, especialmente se forem queimados ou enterrados sem segurança ou deixados onde as crianças os possam apanhar. Um programa de vacinação pode planear a eliminação segura dos resíduos através de:

- usando os mesmos veículos que entregam os materiais para transportar os resíduos para tratamento e eliminação segura.
- criando centros regionais de tratamento de resíduos com aterros sanitários.
- ajudar os centros comunitários a criar sistemas simples de eliminação de resíduos sanitários, incluindo a separação dos resíduos e aterros sanitários seguros. (ver *Guia Comunitário de Saúde Ambiental*, Capítulo 19: Resíduos Hospitalares.)

