

Proteger assistentes sociais e profissionais de saúde
contra a gripe sazonal

O que é a gripe sazonal?

A gripe sazonal ocorre todos os anos, normalmente durante o Inverno. Por vezes, diz-se que uma má constipação ou resfriado é uma gripe, mas ter gripe é muito pior que uma constipação ou resfriado. A gripe é uma doença muito infecciosa causada por um vírus. Os sintomas podem incluir febre, calafrios, dores de cabeça, dores musculares, tosse e dor de garganta – e porque a gripe é um vírus, os antibióticos não ajudam. A vacinação existe para ajudar a proteger as pessoas que estão em maior risco.

Mesmo que as pessoas tenham tido gripe ou tenham sido vacinadas no ano anterior, não vão estar protegidos este ano porque os vírus estão sempre em mutação. Por isso, produz-se uma vacina nova todos os anos, que corresponde às novas versões do vírus.

Quem está em maior risco da gripe?

Qualquer pessoa pode apanhar a gripe, mas é mais grave para pessoas idosas e pessoas com algumas condições médicas, em particular com algumas doenças cardíacas ou respiratórias, e também diabetes. A gripe pode levar a complicações como a bronquite e pneumonia, as quais podem precisar de internamento hospitalar e podem ser uma ameaça à vida para pessoas que já estejam doentes.

Porque se devem vacinar os assistentes sociais e os profissionais de saúde?

Os assistentes sociais e os profissionais de saúde estão em maior risco de serem infectados, e a vacinação pode reduzir a disseminação da gripe nos locais de trabalho destes profissionais. Contribui-se assim para:

- proteger pacientes vulneráveis e utentes dos serviços, incluindo indivíduos que podem já não estar de boa saúde, que têm um sistema imunológico de fraca resposta ou não reagirem bem à sua própria imunologia;
- proteger outros assistentes sociais e profissionais de saúde; e
- assegurar que os serviços de saúde e assistência social são eficazes e eficientes, através da redução de absentismo causado pela gripe.

Quem deve tomar a vacina?

Todos os assistentes sociais e profissionais de saúde que estejam directamente envolvidos na assistência a pacientes em:

- clínicas gerais, incluindo clínicas dentárias;
- hospitais do Serviço Nacional de Saúde (NHS);
- hospitais particulares; e
- lares residenciais.

Exemplos de funcionários envolvidos directamente na assistência a pacientes:

- médicos, parteiras e enfermeiros;
- paramédicos e condutores de ambulâncias;
- terapeutas ocupacionais, fisioterapeutas e técnicos de radiologia;
- profissionais de saúde primária , tais como GPs (médicos de família), dentistas, enfermeiros dentários, enfermeiras clínicas, enfermeiras sociais e enfermeiras domiciliárias;
- funcionários em lares de dia e residenciais que cuidam de idosos;
- assistentes sociais envolvidos no contacto directo com os pacientes; e
- estudantes e formandos nestas disciplinas e voluntários que trabalhem com pacientes.

Não inclui indivíduos que não estejam directamente envolvidos em contactos directos frente-a-frente com os pacientes. Contudo, em alguns casos, uma entidade empregadora pode ainda oferecer a vacina a esses funcionários.

O que contém a vacina contra a gripe?

A vacina contra a gripe contém partes de dois tipos do vírus da gripe A e um tipo do vírus da gripe B. A vacina protege apenas por um ano porque os vírus da gripe alteram-se continuamente. Todos os anos se oferece uma vacina nova para que se tenha a melhor protecção.

A vacina é segura?

As vacinas contra a gripe sazonal são usadas por todo o mundo e têm padrões de segurança excelentes. São produzidas para corresponderem aos vírus que se prevê venham a circular no Inverno.

Algumas pessoas ficam com alguma febre e dores musculares durante alguns dias após a vacinação, e o seu braço pode ficar um pouco dorido no sítio onde foi administrada a injeção. Outras reacções são extremamente raras e os profissionais de saúde que administram as vacinas têm formação adequada para lidar com essas situações.

A vacina contra a gripe pode causar a gripe?

Não. A vacina não contém um vírus activo, por isso não pode causar gripe. Algumas pessoas podem sentir leves sintomas típicos da gripe nas primeiras 48 horas, enquanto o seu sistema imunológico reage à vacina, mas isso não é gripe.

Quando deve ser administrada a vacina contra a gripe?

Quanto mais cedo as pessoas tomarem a vacina, mais cedo ficam protegidas. É importante que a vacina seja administrada antes de a gripe começar a circular em cada ano, e as vacinas estão normalmente disponíveis a partir do início de Outubro. Os indivíduos elegíveis para a vacinação devem solicitar à sua entidade empregadora a vacina contra a gripe o mais cedo possível.

Quão eficaz é a vacina?

As vacinas contra a gripe são eficazes, mas há muitos tipos de vírus da gripe diferentes e a vacina protege apenas contra os tipos mais comuns. Além disso, a vacina não protege contra tosses e constipações ou resfriados.

Todos os Invernos há outros vírus em circulação, e apesar de causarem sintomas semelhantes aos da gripe, não são normalmente tão graves como a gripe.

A maioria das pessoas que são vacinadas não contraem a gripe. Contudo, tal como com qualquer vacina, não lhe garante 100 por cento de protecção. De entre 100 pessoas que tenham tomado a vacina, 70 ou 80 pessoas ficarão protegidas, enquanto as restantes podem vir a ter sintomas ligeiros.

Como funciona a vacina?

No prazo de uma semana a dez dias após ter tomado a vacina, o seu corpo produz anticorpos aos vírus da vacina. Estes anticorpos ajudam a protegê-lo durante um ano inteiro contra os vírus da gripe semelhantes com os quais possa vir a entrar em contacto.

A protecção tem a duração de um ano.

Existe alguém que não possa tomar a vacina contra a gripe?

A maioria das pessoas pode tomar a vacina, mas não se deverá tomar a vacina se tiver tido:

- uma reacção anafilática (uma reacção alérgica grave que precise de atenção médica urgente) no passado; ou
- uma alergia grave a ovos de galinha.

Os profissionais de saúde que administram as vacinas podem-lhe responder a quaisquer perguntas.

A vacina pode ser administrada em mulheres grávidas?

Sim. A vacina contra a gripe é considerada segura para as mulheres grávidas. Apesar de que em mulheres que estejam em grupos de risco profissional se evite administrar a vacina, normalmente, nos primeiros três meses da gravidez. A gripe pode constituir um perigo de saúde mais grave durante a gravidez, por isso mulheres com uma condição médica que as coloque em alto risco, devem, ainda assim, tomar a vacina se estiverem grávidas.

Onde é que os assistentes sociais e os profissionais de saúde podem obter a vacina?

Devem contactar o seu departamento de saúde profissional para obter mais informações. Os que trabalham em cuidados de saúde ou assistência social primários devem contactar a sua entidade empregadora.

Uma nota para os empregadores

Cada entidade empregadora tem a obrigação de cuidar dos pacientes/residentes num ambiente seguro. Ao oferecer a vacina contra a gripe aos funcionários envolvidos em cuidados de saúde e assistência social primários, a entidade empregadora está já a cumprir, em parte, essa responsabilidade. Além disso, a vacinação pode prevenir ou reduzir complicações em pacientes/residentes, as quais aumentariam a carga de trabalho dos recursos humanos existentes.

As entidades empregadoras podem contribuir para que os funcionários tenham acesso à vacina com facilidade. Deve também considerar-se as possíveis consequências dos casos em que os funcionários se recusam a serem vacinados.

E sobre a gripe suína que está agora em circulação?

A gripe suína é um vírus completamente novo, contra o qual, provavelmente, muito poucas pessoas são imunes. Pode ocorrer a qualquer altura do ano, afectar mais pessoas que a gripe sazonal, e pode ser mais grave. A vacina contra a gripe sazonal não protege contra a gripe suína.

A vacina contra a gripe suína será oferecida primeiro aos indivíduos que provavelmente necessitam mais dela. Será fornecida informação sobre a vacina e o programa de vacinação separadamente.

Disponibilidade do panfleto

Este panfleto está disponível na página de internet sobre imunização da Assembleia do Governo do País de Gales (*Welsh Assembly Government*):

www.wales.gov.uk/immunisation

e nas seguintes línguas:

Árabe (<i>Arabic</i>)	Lingala (<i>Lingala</i>)
Bengali (<i>Bengali</i>)	Polaco (<i>Polish</i>)
Búlgaro (<i>Bulgarian</i>)	Português (<i>Portuguese</i>)
Chinês (<i>Chinese</i>)	Punjabi (<i>Punjabi</i>)
Checo (<i>Czech</i>)	Russo (<i>Russian</i>)
Persa (<i>Farsi</i>)	Somali (<i>Somali</i>)
Francês (<i>French</i>)	Espanhol (<i>Spanish</i>)
Gujarati (<i>Gujarati</i>)	Suaíli (<i>Swahili</i>)
Hindustano (Hindi)	Tagalo (<i>Tagalog</i>)
Curdo (Sorani) (<i>Kurdish – Sorani</i>)	Urdu (Naskh) (<i>Urdu – Naskh</i>)
Vietnamita (<i>Vietnamese</i>)	

Quaisquer dúvidas sobre este panfleto devem ser dirigidas a:

Divisão de Protecção de Saúde (*Health Protection Division*)
Assembleia do Governo do País de Gales (*Welsh Assembly Government*)
Cathays Park
Cardiff CF10 3NQ

Telefone: 029 2082 5397 ou 029 2082 5410

© Direitos de Autor da Coroa Setembro de 2009 (*Crown Copyright September 2009*)
E318 0910