

Qual é a melhor altura de receber a vacina da gripe?

A vacina da gripe fica disponível por volta do começo de outubro. Se estiver grávida, deve ser vacinada logo no início, para a sua proteção e a do seu bebé. Se engravidar mais tarde no inverno, deve receber a vacina assim que souber que está grávida.

Já recebi a vacina da gripe no passado, continuo a necessitar desta vacina?

Sim. Mesmo que já tenha sido vacinada contra a gripe no passado, continua a ter de receber a vacina da gripe. A proteção contra a gripe só dura uma época, por isso é importante receber a vacina a cada época da gripe. A vacina, disponível a partir deste outono, protege-o(a) contra várias estirpes da gripe, por isso, mesmo que tenha recebido uma vacina em março de 2020, precisa da nova vacina.

Como posso receber a vacina?

Contacte simplesmente o seu médico de família (GP) e a rececionista poderá explicar-lhe como receber a vacina da gripe no seu posto médico.

Resumo

- A vacina da gripe ajuda a protegê-la a si e ao seu bebé dos efeitos da gripe.
- A gripe pode ter complicações graves para as grávidas e os seus bebés.
- A vacina tem-se revelado muito segura ao ser administrada em grávidas.
- A vacina da gripe não causa a gripe.

Se quiser conversar sobre alguma destas questões mais pormenorizadamente, contacte um(a) profissional de saúde na sua clínica pré-natal ou o médico de família (GP).

Para mais informação sobre a vacina da gripe, contacte o seu médico de família (GP), a enfermeira do posto médico (*practice nurse*), enfermeira distrital, farmacêutico ou consulte:

www.publichealth.hscni.net
www.pha.site/flu
www.nidirect.gov.uk/stay-well

Há traduções disponíveis em várias línguas regionais e de minorias étnicas. Para mais informações, consulte www.publichealth.hscni.net



Public Health Agency
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.
Tel: 0300 555 0114 (local rate).
www.publichealth.hscni.net

Find us on:



A gripe é mais grave do que pensa

Receba a vacina da gripe para se proteger a si e ao seu bebé.



**STAY WELL
THIS WINTER**

Porque é importante proteger-se a si e ao seu bebê através da vacina da gripe?

A gripe é um vírus altamente infeccioso que ocorre todos os anos, normalmente no inverno. Os sintomas incluem febre, calafrios, dor de cabeça, dor muscular e dor de garganta. Embora seja uma doença ligeira para a maior parte das pessoas, pode ser muito grave para algumas pessoas e pode causar pneumonia, resultar em internamento hospitalar e mesmo na morte em casos raros. Há estudos preliminares que demonstram que certas pessoas com a COVID-19 e o vírus da gripe têm um risco mais elevado de complicações e morte, por isso é mais importante do que nunca receber a vacina.

Os dados do Reino Unido e de outros países sugerem que as grávidas têm uma maior probabilidade de desenvolver complicações graves, de internamento hospitalar ou, em casos raros, de internamento nos cuidados intensivos ou mesmo de morte em resultado da gripe, quando comparado com mulheres que não estejam grávidas.

Contrair a gripe durante a gravidez também pode levar a um risco mais elevado de aborto espontâneo, parto prematuro ou de um bebê com um peso reduzido.

Receber a vacina da gripe durante a gravidez protege-a a si e ao seu bebê de contrair a gripe. Os bebês muito novos correm o risco de adoecer gravemente se contraírem a gripe, porque o seu sistema imunitário (de defesa) ainda não se encontra totalmente desenvolvido e são demasiado novos para receber a vacina da gripe. Ficará protegida para a época da gripe e, como resultado, terá uma probabilidade menor de passar a gripe ao seu bebê recém-nascido.

A vacina da gripe pode protegê-la a si e ao feto dos efeitos da gripe.

A vacina é segura para o meu bebê?

Sim. A Agência Europeia de Medicamentos aprovou o uso da vacina da gripe durante a gravidez. Há muitos dados que demonstram a segurança das vacinas da gripe durante e gravidez tanto para si como para o seu bebê recém-nascido.

A partir de 2009, o Reino Unido e um grande número de outros países introduziram programas de vacinas para a gripe de rotina para grávidas. Milhões de grávidas receberam a vacina sazonal da gripe e tem sido feito o acompanhamento cuidadoso do seu perfil de segurança. Isto tem demonstrado que a vacina é segura para o feto e para si.

Há pessoas que não devem ser vacinadas?

A maior parte das pessoas com alergia grave a ovos de galinha já pode receber a vacina da gripe. Contudo, deve falar com o seu médico ou enfermeira sobre isto ou outras eventuais alergias graves.

A vacina da gripe não deve ser administrada a pessoas que tenham tido uma reação anafilática a uma prévia vacina da gripe.

A vacina causa efeitos secundários em grávidas?

As vacinas para a gripe são seguras. Não há efeitos secundários específicos durante a gravidez. As grávidas podem sofrer os mesmos efeitos secundários menores que qualquer outra pessoa. Poderá ficar ligeiramente dorida no local onde a vacina foi administrada. Mais raramente, as pessoas podem sofrer de febre ligeira e de músculos doridos durante alguns dias após receberem a vacina. As outras reações são muito raras.

A vacina da gripe não causa a gripe.



Como é que a vacina funciona?

Uma semana a dez dias após receber a vacina da gripe, o seu corpo produz anticorpos para os vírus da vacina. Estes anticorpos ajudam a protegê-la contra vírus semelhantes com os quais tenha contacto.

Qual a sua eficácia?

As vacinas da gripe só protegem contra a gripe. Todos os invernos, há muitos outros vírus no nosso meio que causam sintomas semelhantes à gripe, mas normalmente não são tão graves como a gripe. Um pequeno número de pessoas poderá contrair a gripe apesar de ter recebido a vacina, mas será provavelmente uma doença mais ligeira do que se não tivessem sido vacinadas.