

**A GRIPE PODE
SER GRAVE SE
TIVER PROBLEMAS
DE SAÚDE**

VACINE-SE



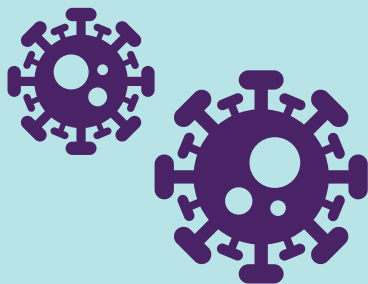
A gripe pode ser grave se pertence a algum grupo de risco clínico

A maior parte das pessoas recupera rapidamente da gripe sem necessidade de cuidados médicos. Todavia, nas pessoas com problemas de saúde pré-existentes, a gripe pode ser uma doença grave ou mesmo fatal. Por exemplo, se tem diabetes, doença cardíaca, pulmonar ou renal, a gripe pode agravar o seu estado de saúde.

Porque é que alguns problemas de saúde aumentam o risco de adoecer gravemente com gripe?

A infeção pelo vírus da gripe pode agravar condições de saúde pré-existentes como diabetes, doenças cardíacas ou pulmonares crónicas e a ponto de necessitar de internamento hospitalar.

As pessoas com problemas de saúde subjacentes tendem a ter um sistema imunitário mais debilitado, devido à própria doença (por exemplo infeção por HIV ou diabetes) ou ao tratamento (por exemplo, esteroides ou quimioterapia). Neste caso, a luta contra a infeção por vírus da gripe é mais difícil e aumenta o risco de complicações, como a pneumonia.



O que é a gripe?

A gripe é uma doença infecciosa transmitida de pessoa a pessoa através de partículas de saliva, expelidas sobretudo através da tosse e dos espirros. Os sintomas e sinais de gripe têm início de forma súbita e podem durar entre poucos dias e algumas semanas. Os mais comuns incluem febre e calafrios, tosse, garganta irritada, dores de cabeça ou musculares e cansaço.

Quais as doenças que têm maior risco de se ter complicações após uma gripe?

Algumas doenças crónicas ou condições de saúde podem aumentar o risco de complicações graves devido à gripe.

Estas incluem:

Obesidade mórbida, asma, doença hepática crónica, crianças em terapêutica prolongada com salicilatos, doença renal crónica, imunodepressão, doença pulmonar crónica, doença cardíaca, diabetes, doenças neurológicas e distúrbios neurológicos do desenvolvimento.



Qual a melhor proteção contra a gripe?

Para estar protegido é necessário vacinar-se todos os anos de modo a:

- reduzir os riscos de contrair gripe
- reduzir os riscos de doença grave, internamento hospitalar e morte.

Se está grávida e tem problemas de saúde, vacinar-se é importante para si e para o seu bebé.

A vacinação contra a gripe é segura?

A vacinação é segura. Quando ocorrem, os efeitos secundários da vacinação são, geralmente, ligeiros e incluem dor e rubor no local da injeção. Algumas pessoas sentem dores de cabeça, dores musculares, febre, cansaço e náusea. Estes efeitos são ligeiros e de curta duração, ao contrário da gripe.



A vacinação é segura
www.euro.who.int/en/fluaware