

SEGURANÇA
DESDE O
PRIMEIRO
MOMENTO

VACINAÇÃO



ULS
LISBOA
OCIDENTAL



Dia Mundial
da Segurança
do Doente
17 Setembro

CQS.FOL.012.00



GARANTIR CUIDADOS SEGUROS É CUIDAR DO FUTURO!

Num conjunto de livros digitais, vamos explorar como manter as crianças seguras desde os primeiros momentos com dicas sobre:

- Gravidez
- Alimentação
- Prevenção de acidentes
- **Vacinação**

Um guia prático e simples para proteger quem mais importa!

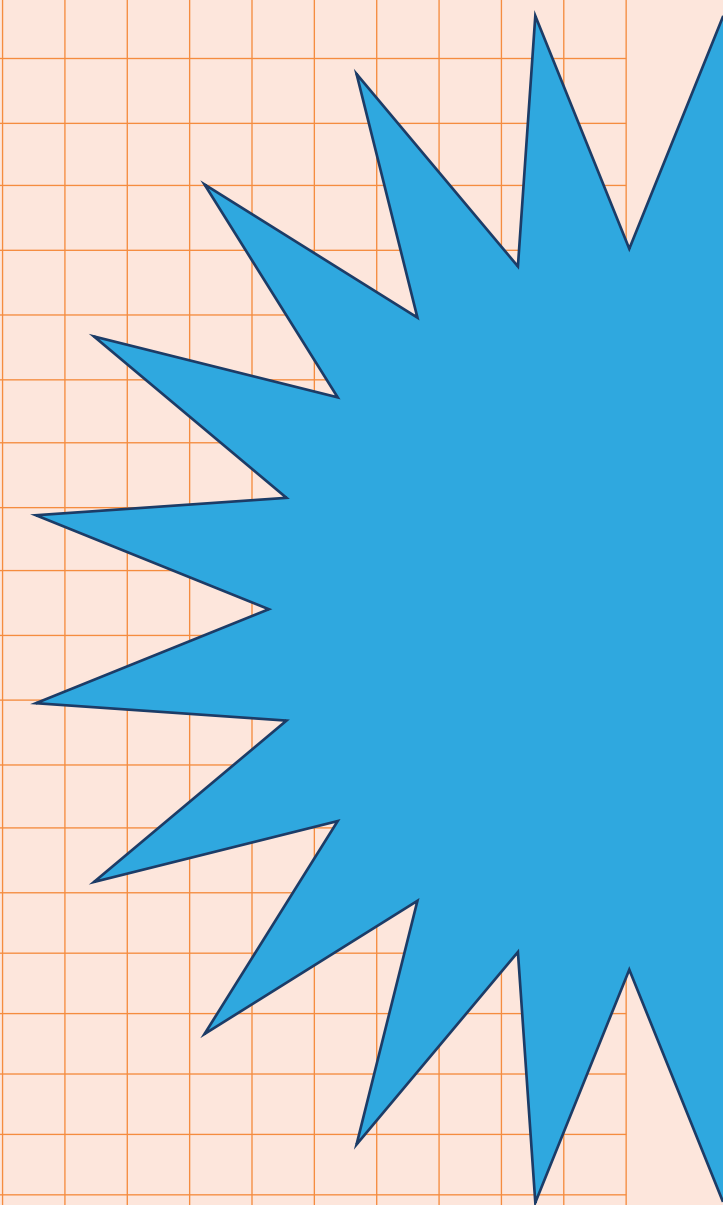


VACINAÇÃO EM TODAS AS IDADES

SABE O QUE É UMA VACINA?

As vacinas são produtos biológicos que ajudam o corpo a defender-se contra certos vírus e bactérias que causam doenças. Podem ser feitas a partir de microrganismos enfraquecidos, mortos ou de algumas das suas partes.

Os antígenos usados nas vacinas estimulam o sistema imunitário sem causar a doença.



VACINAÇÃO EM TODAS AS IDADES

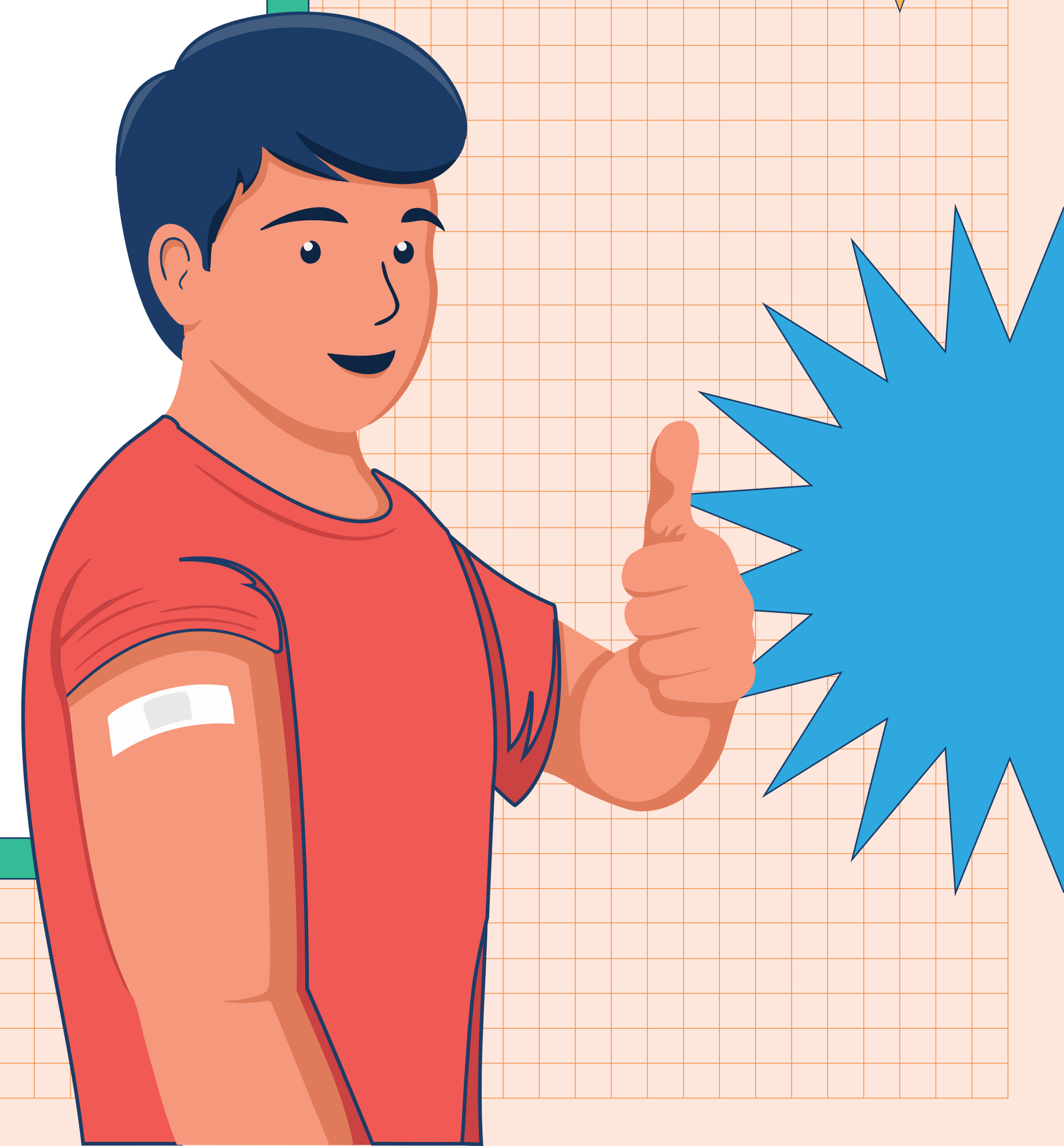
AS VACINAS SÃO SEGURAS?

Sim, as vacinas são seguras e eficazes. O benefício de se vacinar é muito maior do que o risco de efeitos adversos.

Todas as vacinas passam por testes clínicos rigorosos antes de serem aprovadas e continuam a ser avaliadas mesmo após a sua utilização.

Por isso, crianças e adultos devem seguir os esquemas de vacinação recomendados para a sua idade e estado de saúde.

As reações mais comuns são **leves e passageiras**, e os efeitos graves são muito raros.



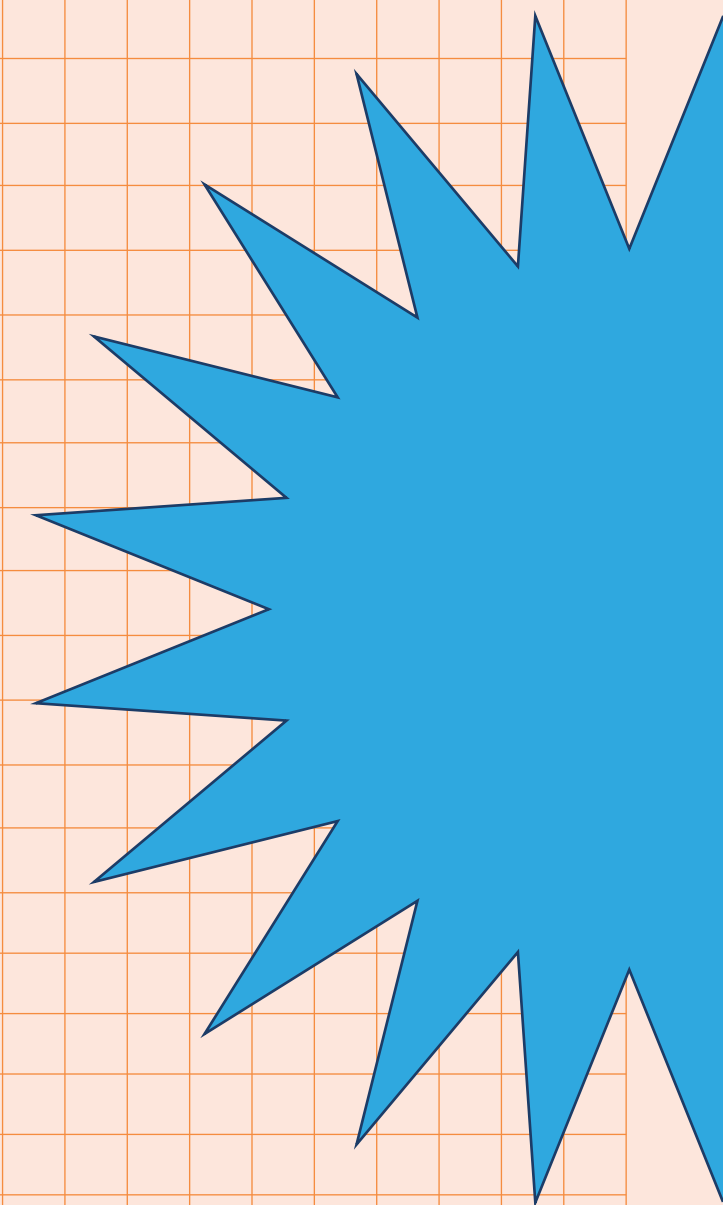
VACINAÇÃO EM TODAS AS IDADES

QUAIS SÃO OS EFEITOS SECUNDÁRIOS DAS VACINAS?

Na maioria dos casos, os efeitos secundários são leves e temporários.

EFEITOS MAIS COMUNS?

- No local da injeção: dor, vermelhidão ou inchaço (1-3 dias)
- Febre: ligeiro aumento da temperatura, geralmente dura 24-48h
- Fadiga: sensação de cansaço
- Dores musculares ou articulares: em diferentes partes do corpo
- Dor de cabeça: leve a moderada



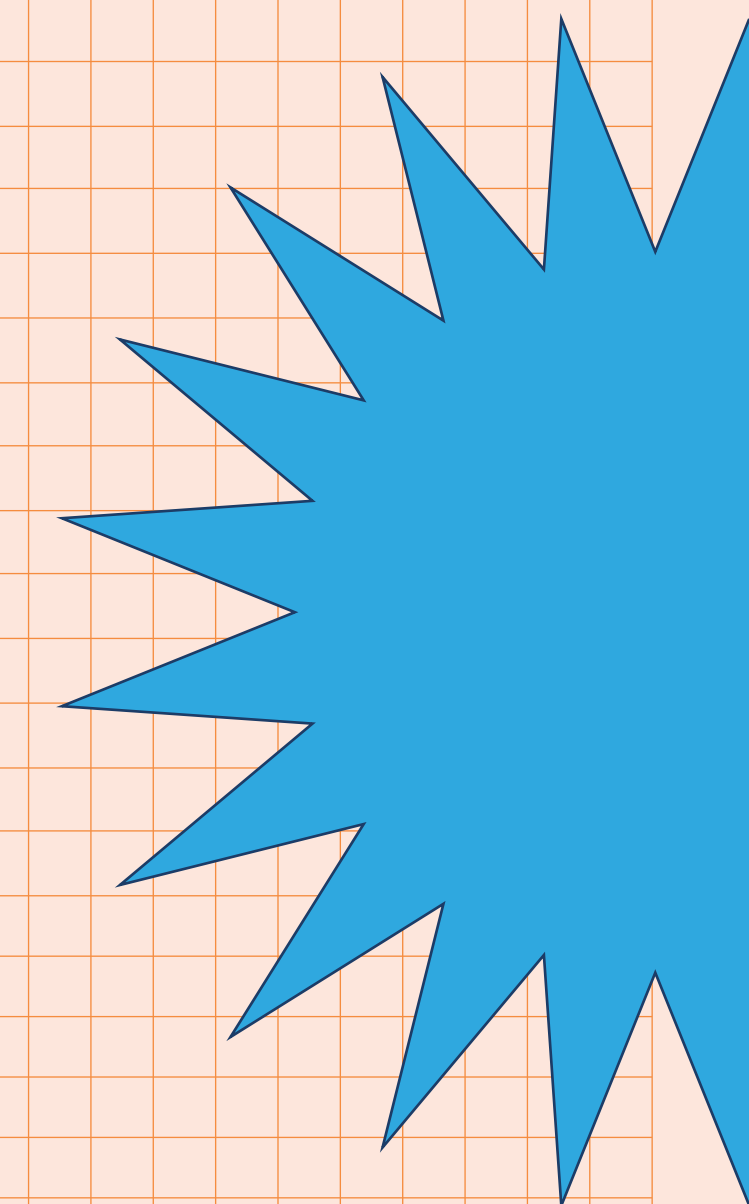
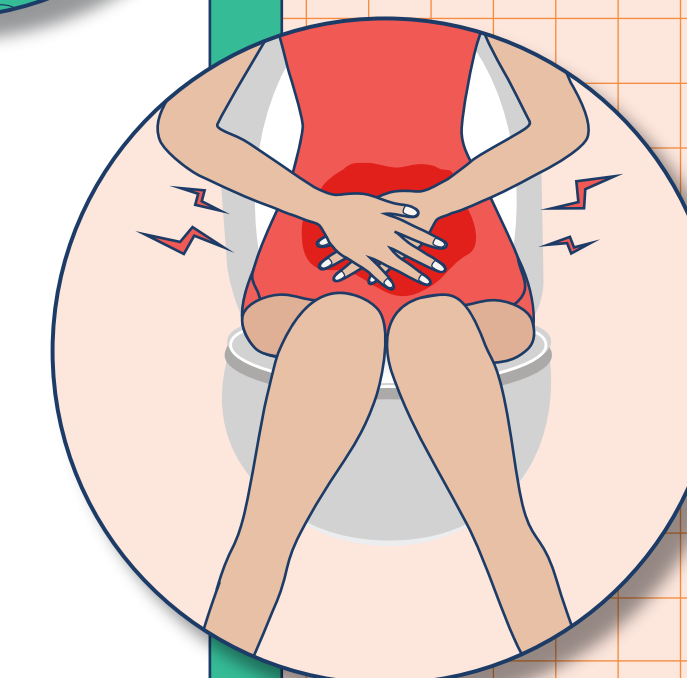
VACINAÇÃO EM TODAS AS IDADES

EFEITOS MENOS COMUNS?

- Náuseas ou tonturas
- Calafrios
- Diarreia
- Manchas na pele (raras)

Raros: reações graves, como a **anafilaxia**. Os serviços de vacinação estão preparados para atuar rapidamente caso isso ocorra.

Anafilaxia: reação alérgica grave e de rápida progressão

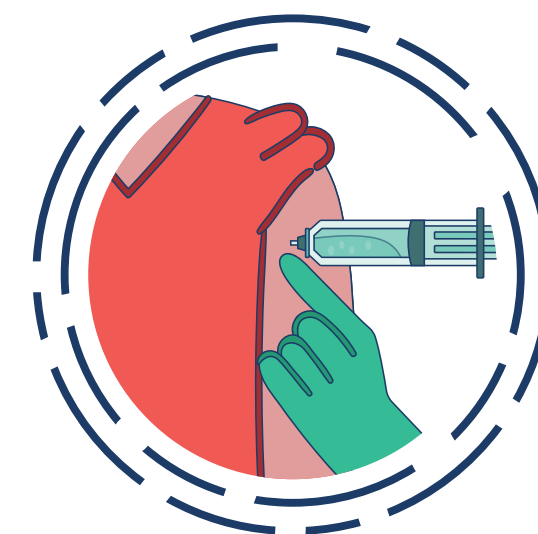


VACINAÇÃO EM TODAS AS IDADES

RECOMENDAÇÕES APÓS A VACINAÇÃO

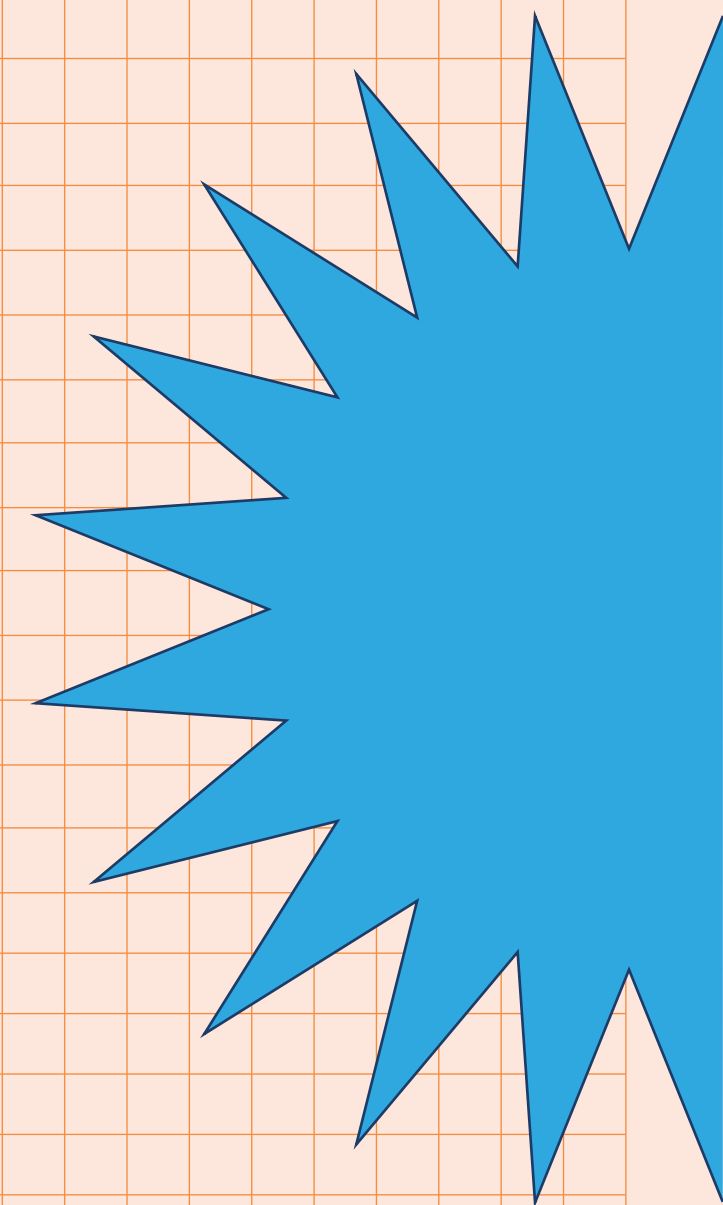
Reações no local da injeção:

- Aplicar gelo coberto com um pano durante 15 minutos, 3 vezes por dia, até os sintomas desaparecerem. Não colocar o gelo diretamente na pele para evitar queimaduras.



Sintomas gerais:

- **Febre:** Tomar um medicamento para a febre conforme a idade e peso
- **Mal-estar** ou sonolência: Repouso e descanso ajudam na recuperação
- **Sintomas gastrointestinais** (diminuição do apetite, náuseas, diarreia ou vômitos): Comer alimentos leves e de fácil digestão (sopa, fruta cozida) e beber bastante água para evitar desidratação
- **Crianças:** O colo, o conforto e a amamentação ajudam a aliviar o desconforto.



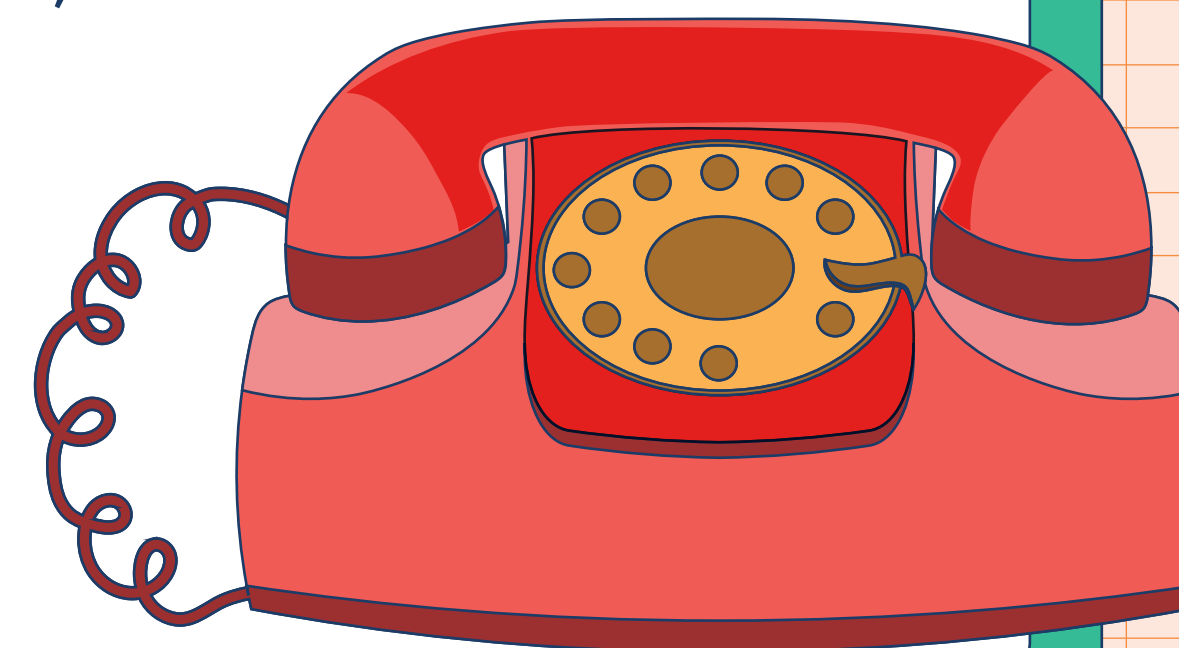
VACINAÇÃO EM TODAS AS IDADES

RECOMENDAÇÕES APÓS A VACINAÇÃO

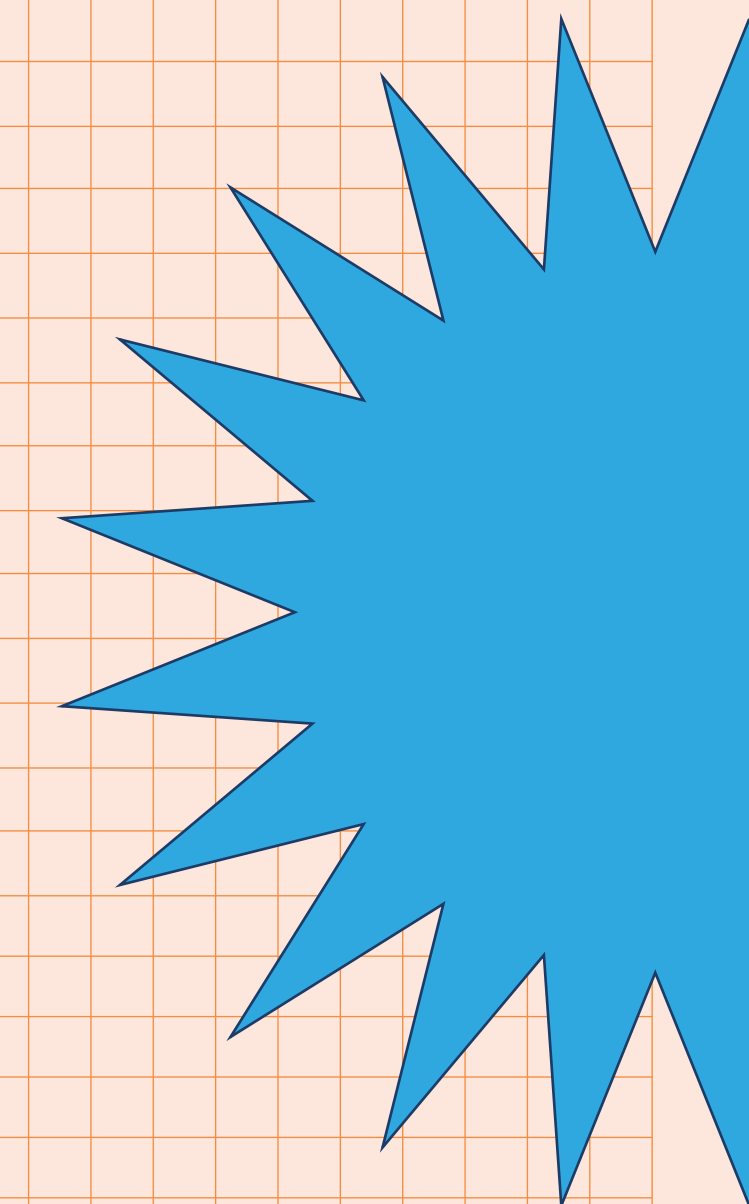
Quando procurar ajuda de um profissional de saúde?

- Sintomas que persistem após 24 a 48 horas da vacinação
- Sintomas graves, como dificuldade para respirar, tosse intensa ou alterações no paladar e olfato
- Sintomas que se agravam em vez de melhorar

Contactos: SNS 24 – 808 24 24 24



24 24 24



VACINAÇÃO EM TODAS AS IDADES

CAMPANHAS SAZONAIS

A vacinação não se limita às vacinas do Programa Nacional de Vacinação. Existem campanhas sazonais que protegem contra doenças que ocorrem em determinados períodos do ano, como:

- **Gripe:** Protege todos os anos contra a gripe sazonal
- **COVID-19:** Reduz risco de doença grave e complicações
- **VSR (Vírus Sincicial Respiratório):** Prevê proteção para grupos vulneráveis, nomeadamente bebés de alto risco

Participar destas campanhas é uma forma simples e eficaz de proteger a sua saúde e a da sua família.

Outra sugestão: Depois da vacina, dê 30 minutos à sua segurança: permaneça no local indicado pelo profissional de saúde!



VACINAÇÃO EM TODAS AS IDADES

ESQUEMA GERAL RECOMENDADO

Vacina/ Infecção-Doença	nascimento	2 meses	4 meses	6 meses	12 meses	18 meses	5 anos	10 anos	25 anos	45 anos	65 anos	10/10 anos
VHB \ Hepatite B	VHB 1	VHB 2		VHB 3								
Hib infecção por Haemophilus influenzae b		Hib 1	Hib 2	Hib 3		Hib 4						
DTPa difteria, tétano, tosse convulsa		DTPa 1	DTPa 2	DTPa 3		DTPa 4	DTPa 5					
VIP poliomielite		VIP 1	VIP 2	VIP 3		VIP 4	VIP 5					
Pn20 infecção por Streptococcus pneumoniae		Pn20 1	Pn20 2		Pn20 3							
MenB infecção por Neisseria meningitidis B		MenB 1	MenB 2		MenB 3							
MenACWY Neisseria meningitidis ACWY					MenACWY							
VASPR sarampo, parotidite epidémica, rubéola					VASPR 1		VASPR 2					
HPV infecção por vírus do papiloma humano								HPV 1,2				
Tétano, difteria e tosse convulsa									Tdpa - Grávidas			
Tétano e difteria								Td	Td	Td	Td	Td

Legenda:

• Vacinas em blocos interligados por traços de cor - vacinas com antígenos para todas as doenças evitáveis mencionadas no interior dos limites: a vacina hexavalente (2 meses e 6 meses) inclui VHB; Hib; DTPa e VIP, a vacina pentavalente (4 meses e 18 meses) inclui Hib, DTPa e VIP, e a vacina tetravalente (5 anos) inclui DTPa e VIP;

• Número - número de dose no esquema geral recomendado para cada doença.

MITOS E VERDADES

É FUNDAMENTAL ESCLARECER

A vacina contra o sarampo causa autismo	X	A evidência científica e os estudos já realizados não demonstram qualquer associação entre a vacina e o autismo
As vacinas enfraquecem o sistema imunitário	X	As vacinas estimulam o sistema imunitário a produzir anticorpos contra doenças específicas, tornando-nos mais resistentes às doenças
As vacinas contêm componentes tóxicos	X	Os diversos componentes das vacinas são usados em quantidades seguras e têm funções específicas: conservar a vacina, aumentar a sua eficácia ou garantir a sua estabilidade
Doenças como o sarampo já desapareceram, por isso não preciso ser vacinado	X	Há doenças que são raras em alguns países mas que continuam a representar um perigo noutros. As viagens internacionais podem provocar o seu reaparecimento, mas a vacinação ajuda a prevenir esse risco.
As vacinas são seguras e eficazes	V	Podem surgir algumas reações ligeiras e passageiras. É comum que a criança possa: -Ter febre baixa -Sentir ligeiro desconforto ou inchaço no local da injeção -Apresentar cansaço, dores de cabeça ou no corpo -Ficar mais sensível ou irritada durante um ou dois dias Efeitos adversos graves são extremamente raros.
Antes de viajar, é importante verificar se existem vacinas recomendadas ou obrigatórias para o país de destino	V	Alguns países exigem a vacinação para prevenir doenças que podem existir nessa região e proteger a sua saúde durante a viagem.



REFERÊNCIAS

- Direção-Geral da Saúde. Norma n.º 018/2020 – Programa Nacional de Vacinação 2020. Lisboa: DGS; 2020
- Organização Mundial da Saúde. European Immunization Week 2025 [Internet]. Copenhaga: Escritório Regional da OMS para a Europa; 2025 abr 27–maio 3. Disponível em: <https://www.who.int/europe/news-room/events/item/2025/04/27/default-calendar/european-immunization-week-2025>
- Secretaria da Saúde do Estado do Ceará. Infectologistas explicam mitos e verdades sobre vacinas [Internet]. Ceará: Governo do Estado do Ceará; 2023 set 20. Disponível em: <https://www.saude.ce.gov.br/2023/09/20/infectologistas-explicam-mitos-verdades-sobre-vacinas/>

