2 revistas por apenas R$ 4,90

anamaria.uol.com.br

a semana em

Ana Maria

Ingrid GUIMARÃES

"Mais importante do que o corpo e a dieta é a atitude. Se você se acha linda, todo mundo também acha"

FAÇA cosmético EM CASA

Tônicos, óleos e máscaras para salvar o cabelo e a pele

Roupas de uma cor só

Você mais chique com LOOKS MONOCROMÁTICOS

DIETA ENTRE AMIGAS

A motivação e as receitas necessárias para secar

Surto de sarampo

O que fazer para a doença ficar longe de você

Dia dos PAIS

Presentes incríveis a partir de R$ 29,90

FGTS: O GOVERNO LIBEROU!

As regras para sacar o fundo de garantia

SOPAS em 20 minutos

Creme de queijo, caldo de milho com couve...

ISSN 1413-804-2
01190
9 771413 804004
R$ 4,90 Nº1190 2 DE AGOSTO DE 2019

PROTEJA-SE contra o

Considerada erradicada em 2016, a doença voltou no Brasil. O estado de São Paulo é a região com mais casos confirmados seguido do Pará. O que você pode fazer para se proteger? Vacinar-se!

Júlia Arbex

Há três anos, o Brasil recebeu o certificado de eliminação de sarampo pela Organização Mundial da Saúde (OMS): havia um ano que estávamos sem registros de casos do vírus por aqui. Mas isso mudou. Em 2018, o país viveu um surto da doença com mais de 10 mil registros, especialmente no Amazonas e em Roraima. Agora, o estado de São Paulo virou o epicentro da doença. De cada dez brasileiros infectados neste ano, oito vivem na capital paulista. Até o balanço divulgado no dia 19 de julho pela Secretaria Estadual de Saúde, o estado de São Paulo teve 484 casos confirmados neste ano. O segundo estado com mais doentes é o Pará, com 53 infectados, de acordo com o último boletim da Secretaria de Vigilância em Saúde, publicado em 12 de julho. Nesta matéria, especialistas tiram dúvidas sobre a doença e explicam a logística e a importância da vacinação.

GRUPO DE MAIOR RISCO

Apesar de as crianças terem mais chances de desenvolver complicações por causa da imunidade ainda frágil, as campanhas de vacinação estão voltadas para pessoas entre 15 e 29 anos, pois representam a maioria dos casos apresentados nos últimos dois anos. No entanto, como existe um surto, os indivíduos de até 49 anos também devem se imunizar. A partir dessa idade, a vacinação deve ser avaliada caso a caso. "Grande parte das pessoas com mais de 60 anos não precisa da vacina porque já teve contato com o vírus no passado e não dá para ser infectado novamente. Se esse não for o seu caso, pergunte para o médico o que fazer", diz Elisa Miranda Aires, infectologista da DaVita Serviços Médicos (SP).

PANORAMA DA DOENÇA

O sarampo é provocado por um vírus e a transmissão ocorre de forma direta, por meio de secreções expelidas ao falar, tossir e espirrar, por exemplo. Uma pessoa com a doença pode contaminar de 12 a 18 pessoas não imunizadas. Os sintomas são: febre alta, manchas brancas na parte interna da boca, tosse seca, coriza, olhos avermelhados e manchas vermelhas na pele, que surgem primeiro no rosto, atrás das orelhas e no pescoço e depois se espalham pelo corpo. "Até quatro dias antes de o indivíduo ter os primeiros sintomas, ele pode transmitir a doença sem saber que tem. O tempo entre o contágio e o aparecimento dos sintomas é de dez dias", explica Marcos Cyrillo, infectologista e diretor clínico do Hospital IGESP (SP). O tratamento visa aliviar os sintomas. Em alguns casos, há necessidade de tratamento para aumentar a imunidade. O paciente deve também fazer repouso, ingerir bastante líquido e ter uma alimentação balanceada. "A evolução do sarampo pode levar ao aparecimento de problemas neurológicos e diminuição da resistência imunológica", ressalta.

VACINAÇÃO: A ÚNICA MANEIRA DE PREVENIR

A vacina contra o sarampo deve ser aplicada como rotina na infância. "A primeira dose, chamada tríplice viral (sarampo, caxumba e rubéola), é tomada com 1 ano de idade. A segunda, tetraviral (sarampo, caxumba, rubéola e catapora), deve ser aplicada aos 15 meses. Por conta do surto, mesmo se a pessoa tiver tomado as duas doses nessas condições, a imunização precisa ser refeita", diz Marcia Lika Yamamura, pediatra e professora da Escola Paulista de Medicina (SP). Adolescentes e adultos que não tenham se vacinado quando bebês podem se imunizar em qualquer momento da vida da seguinte forma: até 29 anos com duas doses. No caso de adultos entre 30 e 49 anos, uma dose única basta. Na dúvida se já foi imunizada? A vacina pode ser tomada novamente sem nenhum problema. Além disso, caso já tenha sido vacinada quando a imunização era feita em dose única para sarampo – e não a tríplice viral – recomenda-se buscar um posto de saúde para se vacinar novamente. O conteúdo demora em torno de duas semanas para fazer efeito e sua eficácia é de 95%.

SARAMPO

QUEM NÃO PODE TOMAR

- Gestantes (as lactantes podem).
- Crianças menores de 6 meses de vida.
- Pessoas imunossuprimidas por doença ou uso de medicação.
- Crianças e adultos que vivem com HIV/aids e apresentam imunossupressão.
- Alguém com histórico de alergia grave após aplicação de dose anterior das vacinas ou a algum dos componentes incluídos na formulação.

PACIENTES COM DOENÇAS REUMÁTICAS

Reumatismo é um termo usado para caracterizar diversas doenças que afetam, principalmente, as articulações, como a artrose, fibromialgia e a artrite reumatoide. Mas elas podem atingir outras partes do corpo, como o sistema gastrointestinal. "Por ser uma vacina composta por vírus vivos atenuados, a imunização contra o sarampo é indicada para pacientes com baixo grau de imunossupressão. Nesses casos, quando o médico recomendar, eles não têm a necessidade de suspender a medicação", explica Gecilmara Pileggi, presidente da comissão de doenças endêmicas e infecciosas da Sociedade Brasileira de Reumatologia (SBR). Já para os pacientes considerados sob alto grau de imunossupressão, a vacina é contraindicada. "No entanto, o especialista pode avaliar riscos e benefícios da suspensão da medicação para ser feita a aplicação da vacina. Em casos como esse, o paciente deve aguardar um intervalo de quatro semanas para reiniciar as medicações imunossupressoras", afirma.

ONDE TOMAR A VACINA?

Em postos de saúde e, durante a campanha, que vai até o dia 16 de agosto no estado de São Paulo, em pontos anunciados pelo governo, como estações do metrô. Não é preciso apresentar a caderneta de vacinação. "Podem ocorrer algumas reações pequenas, como dor no local e febre. Isso é normal", conclui Elisa.