



UK Health
Security
Agency



Grávida?

**As vacinas ajudam a
protegê-la a si, ao bebê
e à sua gravidez**

Gripe (Influenza)

Tosse convulsa
(Pertussis)

**Vírus Sincial
Respiratório** (VSR)

Com recomendações
adicionais sobre outras
vacinas e quando as deve
receber.

immunisation



Esta brochura contém informação sobre as vacinas gratuitas que ajudam a:

- **protegê-la a si,**
- **proteger a sua gravidez e**
- **proteger o feto**

de complicações resultantes de infecções.

Como é que as vacinas funcionam?

As vacinas ajudam as defesas naturais do corpo (o sistema imunitário) a reconhecer e combater certas doenças infecciosas.

Ao receber uma vacina, o seu sistema imunitário é reforçado para ajudar a prevenir doença e para proteger a sua gravidez. Os anticorpos passam então para o feto, para ajudar a protegê-lo a partir do parto e durante as primeiras semanas e meses de vida.

Posso amamentar o bebé depois de receber a vacina?

Sim, pode amamentar o bebé com segurança depois de receber as vacinas MMR, da gripe, tosse convulsa e VSR. O seu leite materno terá anticorpos de certa vacinas administradas durante a gravidez, por isso pode continuar a partilhar a proteção com o bebé através da amamentação.

Vacinas administradas durante a gravidez

Tosse convulsa (Pertussis)

A tosse convulsa é uma doença altamente infecciosa que pode ser muito grave para os bebés muito novos. A maior parte dos bebés muito novos que contraem tosse convulsa necessita de cuidados hospitalares.

A tosse convulsa pode causar longos episódios de tosse e engasgamento, fazendo com que seja difícil respirar. O ruído semelhante a um «guincho» é causado pela inspiração repentina depois de cada episódio de tosse.

A tosse convulsa chega a durar cerca de 2 a 3 meses. Pode causar pneumonia, convulsões e danos cerebrais permanentes. Nos casos mais graves, pode levar à morte.

Porque é que necessito da vacina da tosse convulsa?

A vacina da tosse convulsa durante a gravidez reforça a sua própria proteção. Os anticorpos criados pelo seu corpo também serão transmitidos ao bebé através da placenta. Estes anticorpos ajudarão a proteger o bebé contra a tosse convulsa durante as primeiras semanas de vida.



Quando devo receber a vacina?

Normalmente, receberá a vacina da tosse convulsa por volta da altura da ecografia do meio da gravidez (às 20 semanas, habitualmente), mas pode ser administrada logo às 16 semanas.

Se ainda não tiver recebido a vacina às 20 semanas de gravidez, contacte o seu médico de família (GP) ou parteira, e marque uma consulta para receber a vacina assim que possível.

Para proporcionar a proteção ideal ao bebé, deverá tentar receber a vacina até às 32 semanas. Se a sua gravidez já estiver mais avançada, continua a poder receber a vacina, mas poderá ser menos eficaz. Se não tiver sido possível receber a vacina antes do parto, continua a poder recebê-la depois, o que reduzirá o risco de transmissão de tosse convulsa ao bebé. É importante receber a vacina da tosse convulsa durante cada gravidez, para ajudar a reforçar os seus níveis de anticorpos e proteger o bebé.

Eu pensava que os bebés recebiam a vacina da tosse convulsa

No Reino Unido, os bebés recebem a vacina da tosse convulsa às 8, 12 e 16 semanas. Muitos bebés gravemente doentes com tosse convulsa são infetados durante as primeiras semanas de vida. A única maneira de proteger o bebé nesta altura é ao receber a vacina da tosse convulsa durante a gravidez.

Qual é a eficácia da vacina?

Os estudos do Reino Unido demonstraram que a vacina durante a gravidez tem uma eficácia de cerca de 90% na prevenção da tosse convulsa nos bebés recém-nascidos.

A proteção que recebe da vacina também significa que tem uma probabilidade mais reduzida de contrair a tosse convulsa e de a transmitir ao bebé.

Que vacina vou receber?

A vacina administrada durante a gravidez também proporciona proteção contra o tétano e difteria. Esta proteção deverá reforçar a proteção que recebeu das suas vacinas de rotina administradas na infância.

Pode consultar informação sobre a vacina Adacel aqui: www.medicines.org.uk/emc/product/15553/pil#gref

A vacina da tosse convulsa é segura durante a gravidez?

Muitos países na Europa, América do Norte e do Sul, Austrália e Nova Zelândia usam a vacina da tosse convulsa na gravidez, a qual tem um excelente historial de segurança.

É muito mais seguro para si e para o bebé receber a vacina do que arriscar que o bebé recém-nascido contraia tosse convulsa.

» Ajude a proteger o seu bebé recém-nascido ao receber a vacina da tosse convulsa em cada gravidez. Certifique-se de que o bebé recebe as suas próprias vacinas contra a tosse convulsa às 8, 12 e 16 semanas.

Vírus Sincicial Respiratório (VSR)

O vírus sincicial respiratório, ou VSR, é um vírus comum que causa uma infecção pulmonar chamada bronquiolite. Nos bebês de tenra idade, esta condição pode fazer com que seja difícil respirar ou mamar. Na Inglaterra, cerca de 20.000 bebês são internados todos os anos com bronquiolite, com alguns dos quais a necessitar de cuidados intensivos. Um pequeno número morre.

O VSR tem uma maior probabilidade de ser grave em bebês de tenra idade, bebês nascidos prematuramente, e bebês com problemas que afetem o coração, a respiração ou o sistema imunitário. As infecções de VSR podem ocorrer o ano todo, mas há um aumento acentuado do número de casos todos os invernos.

Porque devo receber a vacina contra o VSR?

A vacina do VSR administrada durante a gravidez reforça a sua proteção. Os anticorpos criados pelo seu corpo serão transmitidos ao feto. Estes anticorpos ajudam a proteger o bebê contra o VSR a partir do parto.

Quando devo receber a vacina?

A vacina deverá ser-lhe oferecida por volta da consulta pré-natal das 28 semanas.

Deverá tentar receber a vacina às 28 semanas ou assim que possível após essa data. Isto ajudará a criar um bom nível de anticorpos para transmitir ao bebê antes do parto.

Continua a poder receber a vacina numa fase mais avançada do período de gestação, mas poderá ser menos eficaz. Se não tiver sido possível receber uma dose mais cedo, poderá continuar a recebê-la até à altura do parto.

Deve receber a vacina contra o VSR em todas as gestações, para proporcionar a proteção ideal ao bebê recém-nascido.

Qual é a eficácia da vacina contra o VSR?

Há estudos que demonstraram que a vacina contra o VSR leva a uma redução de 70% do risco de bronquiolite grave do bebê, nos primeiros 6 meses de vida.

Como acontece com todos os medicamentos, nenhuma vacina é totalmente eficaz e alguns bebês poderão ter uma infecção de VSR na mesma, apesar de as suas mães terem sido vacinadas. Contudo, uma eventual infecção de VSR será sempre menos grave na maior parte dos bebês cujas mães tenham sido vacinadas.

Que vacina vou receber?

Pode consultar informação a este respeito aqui: www.abrysvo.com/

É seguro para o bebê que eu receba a vacina contra o VSR durante a gravidez?

Num ensaio clínico com quase 4000 mulheres, a vacina demonstrou um bom nível de segurança e já foi aprovada por reguladores de medicamentos no Reino Unido, Europa e EUA. Desde essa data, muitos milhares de mulheres já receberam a vacina ao abrigo de programas nacionais, incluindo mais de 100.000 mulheres nos EUA.

No ensaio clínico da vacina, houve um número ligeiramente mais elevado de bebês nascidos prematuramente no grupo da vacina do que no grupo que não a recebeu. Esta diferença parece ser casual, mas é por isso que a vacina é administrada a partir das 28 semanas e não mais cedo no período de gestação. De modo geral, é muito mais seguro para si e para o bebê receber a vacina do que arriscar que o bebê recém-nascido seja infetado com o VSR.

» Receba a vacina contra o VSR quando estiver grávida, para proporcionar a proteção ideal ao seu bebê durante os primeiros 6 meses de vida.

Influenza (gripe)

O que é a gripe?

A gripe é uma doença altamente contagiosa, com sintomas como febre, calafrios, dores generalizadas, dores de cabeça e cansaço extremo. As grávidas têm um nível de risco mais elevado de complicações graves resultantes da gripe, nomeadamente na fase final do período de gestação, incluindo pneumonia, podendo mesmo causar a morte. A gripe também pode afetar a gravidez, causando o parto prematuro, baixo peso à nascença e nados-mortos. A gripe também pode ser extremamente grave para os bebés recém-nascidos e crianças pequenas.

Porque é que necessito da vacina da gripe na gravidez?

A vacina da gripe reduz a sua probabilidade de adoecer gravemente com a gripe, de necessitar de internamento hospitalar ou de cuidados intensivos durante a gravidez. Também reduz o risco de complicações na gravidez. A vacina reforça o nível de anticorpos contra a gripe, que são transmitidos ao feto. Isto proporciona um certo nível de proteção ao bebé recém-nascido durante os primeiros meses de vida. Também terá uma probabilidade mais reduzida de contrair a gripe e de a transmitir ao bebé recém-nascido durante o inverno.

Quando devo receber a vacina?

A vacina da gripe encontra-se normalmente disponível todos os anos a partir de setembro e é gratuita para as grávidas. Deve receber a vacina quando estiver disponível em setembro, independentemente da fase da gravidez em que se encontre. Idealmente, deve receber a vacina antes do início da estação da gripe, mas continua a poder receber a vacina a qualquer altura durante o inverno. Necessitará de receber a vacina da gripe sempre que esteja grávida durante a estação da gripe.

A vacina da gripe é segura durante a gravidez?

Muitos países já têm administrado a vacina da gripe durante a gravidez desde 2009, e mais de 2 milhões de vacinas já foram administradas a grávidas na Inglaterra. A vacina tem um excelente historial de segurança. De modo geral, é muito mais seguro para si receber a vacina do que arriscar que você ou o bebé sejam infetados com a gripe.

Qual é a eficácia da vacina da gripe?

A vacina da gripe na gravidez reduz para metade o risco de você ou o recém-nascido virem a ter uma doença semelhante à gripe. Os recém-nascidos de mulheres vacinadas têm uma probabilidade 70% mais reduzida de internamento hospitalar com a gripe nos primeiros 6 meses de vida.

» A gripe pode ser uma doença grave, tanto para a grávida como para o bebé. As grávidas devem receber a vacina gratuita contra a gripe durante cada gravidez. A vacina pode ser administrada a partir de setembro, a qualquer fase da gravidez.

O que devo fazer agora?

Pode contactar o seu médico de família (GP), parteira ou equipa de saúde para agendar as suas vacinas. As vacinas contra a gripe, tosse convulsa e VSR serão todas administradas através de uma injeção no braço. Os efeitos secundários comuns são ligeiros e incluem:

- a área onde recebeu a injeção dorida e vermelha
- dores de cabeça e musculares
- febre ligeira ou cansaço

Pode consultar o folheto da gripe aqui:

www.gov.uk/government/publications/flu-vaccination-who-should-have-it-this-winter-and-why

Antes de engravidar

Se ainda não estiver grávida, mas planejar engravidar num futuro próximo, deve certificar-se de que tem as outras vacinas em dia.

Rubéola (sarampo alemão)

A rubéola é normalmente uma infecção ligeira que causa uma erupção cutânea.

A rubéola durante a gravidez pode ser muito grave para o bebé, causando uma condição chamada síndrome da rubéola congénita (SRC). A SRC pode causar surdez, cegueira, cataratas (problemas nos olhos), problemas cardíacos e/ou atrasos no desenvolvimento. Também pode causar a morte do bebé ou levar à decisão de fazer um aborto.

Proteção contra a rubéola durante a gravidez

Se tiver recebido duas doses da vacina MMR (sarampo, papeira, rubéola) em criança, terá um bom nível de proteção durante a gravidez. Graças ao nosso programa de vacinação bem-sucedido, as infeções de rubéola já são extremamente raras no Reino Unido.

Se não tiver a certeza se já recebeu a vacina, deve consultar o seu médico de família (GP). Se não a tiver recebido, deverá pôr as vacinas em dia, idealmente antes de engravidar. Caso contrário, deverá receber a vacina pouco depois do parto.

A vacina MMR contém vírus vivos (atenuados), por isso a sua administração é desaconselhada durante a gravidez.

Já estou grávida mas não recebi a minha MMR, o que devo fazer?

Pode receber as vacinas MMR após o parto, para a protegerem a si e ao bebé contra o sarampo e rubéola. As duas doses da vacina MMR também lhe proporcionarão proteção a longo prazo contra o sarampo e papeira.



Erupções cutâneas durante a gravidez

O que devo fazer se tiver contacto com uma pessoa que tenha uma erupção cutânea ou se eu tiver um erupção cutânea?

Certas infeções que causam erupções cutâneas, incluindo a rubéola, podem causar complicações nas grávidas. Mesmo que esteja protegida da rubéola, deve informar imediatamente a sua parteira, o médico de família (GP) ou obstetra se tiver uma erupção cutânea ou se tiver contacto com outra pessoa que tenha uma erupção cutânea a qualquer altura durante o período de gestação.

Deverá evitar a clínica pré-natal, a maternidade ou o contacto com outras grávidas até que a tenham examinado.

Poderão ser-lhe disponibilizados testes para saber se foi infetada. O profissional de saúde que a examinar precisará de saber:

- com quantas semanas de gestação está
- quando teve contacto com uma pessoa com uma erupção cutânea
- a data em que a erupção cutânea surgiu, ou em que teve contacto com uma pessoa com uma erupção cutânea
- uma descrição da erupção cutânea (tem a aparência de «pele de galinha» ou são bolhas cheias de líquido?)
- que infeções teve no passado, como varicela e sarampo
- que vacinas já lhe tiverem sido administradas

» Se tiver contacto com uma pessoa com uma erupção cutânea, ou se apresentar uma erupção cutânea durante a gravidez, aconselhe-se junto do seu médico de família (GP) ou parteira assim que possível. Se demorar a comunicar uma erupção cutânea, poderá não ser possível diagnosticá-la com precisão ou administrar-lhe o eventual tratamento recomendado.

Outras vacinas a discutir com a sua parteira

COVID-19

O risco de contrair a COVID-19 na gravidez é muito mais reduzido do que era no início da pandemia, mas as grávidas continuam a ser elegíveis para receber a vacina no outono. A vacina reduz a probabilidade de adoecer gravemente com COVID-19 durante alguns meses, o que poderá ser mais importante se tiver um problema médico subjacente. Os anticorpos criados pelo seu corpo serão transmitidos ao feto e proporcionam um certo nível de proteção ao bebé nas primeiras semanas e meses de vida.

Hepatite B

Os bebés de mães infetadas com hepatite B (ou que tenham testado positivo à hepatite B durante a gravidez) devem receber a vacina da hepatite B logo após o parto. Deve contactar o seu médico de família (GP) para o bebé receber mais doses da vacina e para fazer análises de sangue quando fizer 1 ano, para saber se tem a infeção.

www.gov.uk/government/publications/protecting-your-baby-against-hepatitis-b-leaflet

BCG

Se um dos pais (ou avós) do bebé for originário(a) de um país com um alto nível de incidência de tuberculose, o bebé deve receber a vacina da BCG para o proteger desta doença. www.gov.uk/government/publications/tb-bcg-and-your-baby-leaflet

» **Receber as vacinas recomendadas durante a gravidez (e depois do parto) é uma das coisas mais eficazes que pode fazer para reduzir o risco de infeções que podem ser prevenidas através de vacinas para si e para o bebé.**

Ao certificar-se de que o bebé recebe as devidas vacinas às 8, 12 e 16 semanas, permitirá que esta proteção continue durante os anos de maior vulnerabilidade.

Ligações para mais informações

- www.nhs.uk/Conditions/vaccinations/Pages/vaccination-schedule-age-checklist.aspx
- www.gov.uk/government/collections/immunisation
- www.medicines.org.uk/emc/
- Para mais informação sobre as vacinas para o seu bebé no primeiro ano de vida, pode consultar www.gov.uk/government/publications/a-guide-to-immunisations-for-babies-up-to-13-months-of-age

Registo de vacinas na gravidez

Registe abaixo as vacinas que lhe forem administradas durante a gravidez, para se certificar de que você e o bebé estão protegidos contra a gripe e tosse convulsa.

Vacina	Quando a deve receber	Data em que foi administrada
Gripe	Durante a estação da gripe a qualquer altura da gravidez.	
Tosse convulsa	Idealmente, após a ecografia das 18 a 20 semanas. Pode ser administrada desde as 16 semanas de gestação até ao parto.	
VSR	Deverá receber a sua vacina contra o VSR após as 28 semanas de gestação.	
1.ª dose da vacina tríplice viral MMR*	Depois de o bebé nascer, durante a consulta pós-natal das 6 semanas (com o médico de família ou a enfermeira do posto médico).	
2.ª dose da vacina tríplice viral MMR*	Quatro semanas após a primeira dose (como indicado acima).	

*Se não a tiver já recebido.

Se receber as suas vacinas durante a gravidez, ajudará a proteger a gravidez. Consulte a sua parteira, médico de família (GP) ou equipa de saúde e certifique-se de que as recebe na melhor altura para si.



© Crown copyright 2024
24PYPB01PT Portuguese. 1P 250K OCT 2024
UK Health Security Agency gateway number: 2024711
Data da primeira edição: junho de 2024

Esta brochura também se encontra disponível traduzida em vários idiomas e formatos acessíveis. Para encomendar mais cópias deste folheto, visite www.healthpublications.gov.uk ou telefone para: 0300 123 1002, Minicom: 0300 123 1003 (das 8h00 às 18h00, de segunda a sexta-feira)

www.nhs.uk/conditions/vaccinations/nhs-vaccinations-and-when-to-have-them