



UK Health
Security
Agency

NHS

Há uma vacina que ajuda a proteger contra a dor
causada pelo

herpes zóster



O NHS oferece uma vacina que reduz o risco de vir a ter herpes zóster.

Este folheto descreve o programa nacional de herpes zóster, os benefícios da vacina e quem é elegível.

A vacina atual para o programa herpes zóster é chamada Shingrix. São necessárias 2 doses de Shingrix para a proteção ideal. A clínica do seu médico de família (GP) entrará em contacto consigo se for elegível. Também poderá eventualmente receber as vacinas Shingrix em certas farmácias.



Ao contrário da maioria de outras infeções, o herpes zóster não é transmissível a terceiros. A maioria das pessoas teve varicela em criança, apesar de alguns de nós não sabermos que já a tivemos.

Depois de se ter varicela, o vírus mantém-se vivo e latente nos nervos. A pessoa pode não se aperceber disto durante a maior parte da sua vida, mas de tempos a tempos o vírus pode voltar e passar para a pele, causando uma doença chamada herpes zóster.

O herpes zóster pode ser muito doloroso e tende a afetar mais as pessoas à medida que a idade avança. Isto pode dever-se ao facto de o sistema imunitário enfraquecer com a idade, por motivo de stress ou devido a diversos problemas e tratamentos médicos. Para algumas pessoas, a dor causada pelo herpes zóster pode durar muitos anos. O herpes zóster pode afetar realmente a vida, impedindo a pessoa de fazer tudo aquilo que geralmente lhe agrada.

O que causa o herpes zóster?

O herpes zóster (também conhecido por zona ou sobreiro) é causado pela passagem do vírus da varicela latente para uma área da pele ligada a um dos nervos. Resulta em aglomerados de bolhas cheias de líquido que são extremamente dolorosas e causam muita comichão. As bolhas podem rebentar e criar feridas que acabam por formar crosta e sarar. As bolhas afetam geralmente uma área num dos lados do corpo, mais frequentemente o peito, mas por vezes também a cabeça, o rosto e um olho.

Que aspeto tem o herpes zóster?



Quanto tempo dura e que gravidade pode ter?

Os primeiros sinais de herpes zóster podem ser uma indisposição geral com uma sensação de formigueiro ou ardor numa área da pele de um dos lados do corpo. Alguns dias depois dos sintomas iniciais, aparece uma erupção cutânea dolorosa com bolhas cheias de líquido.

O herpes zóster no corpo pode causar dores fortes. Se o herpes zóster afetar o olho e a pálpebra, pode causar visão reduzida ou até mesmo cegueira permanente nesse olho.

Qual o grau de incidência do herpes zóster?

Aproximadamente 1 em cada 5 pessoas que tiveram varicela virão a ter herpes zóster. Isto significa que todos os anos, em Inglaterra e no País de Gales, dezenas de milhares de pessoas terão herpes zóster. Apesar de o herpes zóster poder ocorrer a qualquer idade, o risco, a gravidade e as complicações do herpes zóster aumentam com a idade.

Neuralgia pós-herpética (NPH)

Todos os anos, aproximadamente 14.000 pessoas são afetadas por neuralgia pós-herpética (NPH) depois de terem herpes zóster e mais de 1400 necessitam de internamento hospitalar devido à NPH.

A maioria das pessoas recupera completamente após algumas semanas, mas para algumas a dor continua por vários meses ou até anos – é a chamada neuralgia pós-herpética (NPH). É uma condição especialmente desagradável, com dor nevrálgica ardente, latejante ou intensa.

Quanto mais avançada a idade, mais probabilidades há de que a dor dure muito tempo. A vacina do herpes zóster reduz o risco de contrair a doença e neuralgia pós-herpética.

O herpes zóster é contagioso?

O herpes zóster não é tão contagioso como a varicela, mas o líquido das bolhas contém o vírus da varicela. Por isso, uma pessoa que não seja imune à varicela poderá apanhar a infecção se entrar em contacto com este líquido.

Se tiver uma erupção de herpes zóster, deve cobri-la com roupa larga para reduzir o risco de contágio da varicela a terceiros. As mulheres grávidas que não tenham tido varicela, pessoas com um sistema imunitário debilitado e bebés recém-nascidos devem evitar o contacto direto com a erupção cutânea.

Quem receberá a vacina?

A partir de 1 de setembro de 2023, o programa de vacinação é oferecido a:

- 1 pessoas saudáveis entre os 70 e os 79 anos que ainda não tenham sido vacinadas
- 2 pessoas com 50 anos ou mais com um sistema imunitário gravemente debilitado
- 3 as pessoas saudáveis entre os 60 e os 70 anos serão elegíveis para a vacina quando fizerem 65 ou 70 anos.

Continuará a ser elegível para a vacina do herpes zóster até ao seu 80.^º aniversário (a não ser que tenha um sistema imunitário debilitado¹), mas quanto mais cedo receber a vacina, mais cedo ficará protegido(a). A tabela mostra quem poderá receber a vacina nos primeiros cinco anos do programa.

E quanto às pessoas com idade inferior à elegível para a vacina contra o herpes zóster?

A vacina será oferecida às pessoas mais novas quando atingirem a idade elegível.

O herpes zóster pode ocorrer em qualquer idade, mas o risco, a gravidade e as complicações do herpes zóster aumentam com a idade. As pessoas com um sistema imunitário gravemente debilitado têm um risco mais elevado e é por isso que a vacina é recomendada mais cedo.



[1] As pessoas com um sistema imunitário gravemente debilitado continuam a ser elegíveis para a vacina.

**Se receber a vacina do herpes zóster, ser-lhe-á dado um cartão de registo com o seu nome e a data da próxima marcação.
Guarde-o em local seguro.**



Há efeitos secundários?

Os efeitos secundários da vacina Shingrix são geralmente muito leves e não duram muito tempo. Os efeitos secundários mais comuns (ocorrem em, pelo menos, 1 em cada 10 pessoas) são dor e vermelhidão no local da injeção, dores musculares generalizadas e dores de cabeça.

Pode sentir-se cansado(a) e ter febre após a vacina Shingrix. Pode descansar e tomar a dose normal de paracetamol (sigue as recomendações na embalagem) para ajudar a sentir-se melhor. Não use maquinaria nem conduza se não se sentir bem.

Deverá sentir-se melhor dentro de poucos dias, mas se os sintomas persistirem por mais tempo, fale com o seu médico de família (GP) ou o enfermeiro da clínica.

Pode comunicar efeitos secundários utilizando o sistema Yellow card da MHRA (yellowcard.mhra.gov.uk) – consulte o verso deste folheto para mais informação.

A vacina Shingrix é segura, já foi usada noutras países?

Tal como todas as vacinas licenciadas, a vacina Shingrix foi submetida a ensaios rigorosos e cumpre os exigentes critérios de segurança e licenciamento do Reino Unido.

Tem sido amplamente usada na Europa e na América do Norte nos últimos anos.

Qual é a eficácia da vacina?

Ao receber a vacina, reduz significativamente as suas probabilidades de vir a ter herpes zóster.



Nos primeiros 5 anos após a introdução do primeiro programa de vacinação contra o herpes zóster, houve menos 40.500 consultas de médicos de família (GP) por doença relacionada com o herpes zóster e menos 1840 internamentos hospitalares².

Se vier a contrair o herpes zóster, os sintomas serão provavelmente mais leigos e a doença mais breve do que se não tivesse recebido a vacina. A vacina Shingrix usada no Reino Unido tem demonstrado um bom nível de proteção.

Como e quando é administrada a vacina?

Como acontece com a maioria das vacinas, a Shingrix é administrada como injeção na parte superior do braço.

A Shingrix é uma vacina não-viva e são necessárias 2 doses para obter a proteção ideal e mais duradoura.

A segunda dose da Shingrix é oferecida à maioria das pessoas a partir de 6 meses após a primeira dose, aproximadamente. Se tiver um sistema imunitário gravemente debilitado, a segunda dose da Shingrix deverá ser-lhe oferecida mais cedo, mas pelo menos 8 semanas depois da primeira dose.

O seu médico de família (GP) dir-lhe-á quando deve marcar uma consulta para receber a segunda dose.

[2] Impact of the herpes zoster vaccination programme on hospitalised and general practice consulted herpes zoster in the 5 years after its introduction in England: a population-based study – PubMed (nih.gov)

Porque não posso receber a vacina agora?

Ao abrigo do atual programa, todas as pessoas dos 70 aos 79 anos são elegíveis para a vacina do herpes zóster. O programa está a ser gradualmente alargado, começando com as pessoas em risco mais elevado, conforme recomendado pela Comissão Conjunta para a Vacinação e Imunização (Joint Committee Vaccination Immunisation - JCVI). Nos próximos 10 anos, o programa irá acabar por incluir todas as pessoas a partir dos 60 anos.

As pessoas com 50 anos ou mais que tenham um sistema imunitário gravemente debilitado já são elegíveis para a vacina Shingrix.

Preciso de fazer alguma coisa para receber a vacina?

Quando for elegível para a vacina do herpes zóster, o seu médico de família (GP) irá contactá-lo(a) para fazer uma marcação. Contudo, se estiver preocupado(a) com o herpes zóster, deve contactar a clínica do seu médico de família (GP) para se aconselhar.

Há pessoas que não devam receber a vacina Shingrix?

Se tiver tido uma reação grave a qualquer um dos componentes da vacina, talvez não a possa receber. O seu médico de família (GP) aconselhá-lo(a)-á a este respeito.

A vacina poderá causar herpes zóster?

As vacinas Shingrix não causam herpes zóster. Se tiver uma erupção cutânea, pode ligar para o NHS no número 111 ou ligar para a clínica do seu médico de família (GP) para se aconselhar.

E se eu faltar à marcação para receber a vacina? Poderei recebê-la mais tarde?

A vacina do herpes zóster será oferecida à maioria das pessoas até atingirem 80 anos. No entanto, se tiver um sistema imunitário gravemente debilitado, a vacina poderá ser-lhe administrada sem limite de idade.

Para melhor proteção, deve receber a vacina ou completar as doses na altura recomendada. Contacte a clínica do seu médico de família (GP) para fazer outra marcação.

Sou elegível para a vacina Shingrix se já tiver recebido a Zostavax?

Se lhe foi administrada a Zostavax como parte do programa de imunização de rotina quando tinha entre 70 e 79 anos de idade, não precisa agora de 2 doses da vacina Shingrix.



Não adie, se é elegível, tente receber a vacina assim que possível.



Lembre-se, quando for elegível para a imunização, deve fazer uma marcação para receber a vacina assim que possível, para garantir que obtém a proteção ideal.

Informação adicional

Se desejar mais informação antes ou depois de receber a vacina, fale com o seu médico de família (GP) ou enfermeiro da clínica. Também pode visitar o site do NHS no endereço www.nhs.uk/shingles.

Para mais informação sobre a vacina Shingrix® visite www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil.

Se tem um sistema imunitário gravemente debilitado (gravemente imunossuprimido), a vacina do herpes zóster ser-lhe-á oferecida a partir dos 50 anos.

Passa a ser elegível quando fizer 70 anos

| ELEGÍVEL A PARTIR DE (O SEU ANIVERSÁRIO) | DATAS DE NASCIMENTO | DATA DE INÍCIO DO PROGRAMA | ANO DO PROGRAMA |
|--|---|------------------------------|-----------------|
| | 1 de setembro de 1953 - 31 de agosto de 1954 | 1 de setembro de 2023 | 1.º ano |
|  70.º | 1 setembro de 1954 - 31 de agosto de 1955 | 1 setembro de 2024 | 2.º ano |
| | 1 setembro de 1955 - 31 de agosto de 1956 | 1 setembro de 2025 | 3.º ano |
| | 1 setembro de 1956 - 31 de agosto de 1957 | 1 setembro de 2026 | 4.º ano |
| | 1 setembro de 1957 - 31 de agosto de 1958 | 1 setembro de 2027 | 5.º ano |

Passa a ser elegível quando fizer 65 anos

| ELEGÍVEL A PARTIR DE (O SEU ANIVERSÁRIO) | DATAS DE NASCIMENTO | DATA DE INÍCIO DO PROGRAMA | ANO DO PROGRAMA |
|--|---|------------------------------|-----------------|
|  65.º | 1 de setembro de 1958 - 31 de agosto de 1959 | 1 de setembro de 2023 | 1.º ano |
| | 1 setembro de 1959 - 31 de agosto de 1960 | 1 de setembro de 2024 | 2.º ano |
| | 1 setembro de 1960 - 31 de agosto de 1961 | 1 de setembro de 2025 | 3.º ano |
| | 1 setembro de 1961 - 31 de agosto de 1962 | 1 de setembro de 2026 | 4.º ano |
| | 1 setembro de 1962 - 31 de agosto de 1963 | 1 de setembro de 2027 | 5.º ano |

Herpes zóster

é uma doença comum que pode causar dor forte e duradoura



pode causar uma erupção cutânea grave com bolhas que fazem muita comichão



pode ocorrer em qualquer idade, mas o risco, a gravidade e as complicações aumentam com a idade.



A vacina

reduz significativamente o número de casos



reduzirá a gravidade dos sintomas nas pessoas vacinadas caso venham a ter a doença



tem sido amplamente usada noutras países, como nos EUA e Canadá



Receber a vacina de rotina do herpes zóster é uma boa forma de cuidar da sua saúde para poder continuar a gozar a vida sem a dor causada pelo herpes zóster.

Pode comunicar suspeitas de efeitos secundários de vacinas e medicamentos através do sistema Yellow Card.

Pode fazê-lo online visitando yellowcard.mhra.gov.uk ou ligando para o Yellow Card através do número **0800 731 6789**. Também pode usar o código QR ou descargar a aplicação Yellow Card.



Shingles Support Society

Site: shinglessupport.org.uk, Linha de ajuda confidencial: **0845 123 2305** entre as 09h00 e as 21h00, ou **020 7607 9661** de segunda a sexta-feira, das 12h00 às 20h00. Pedidos de informação: **0300 030 9333**



Facial Palsy

Site: facialpalsy.org.uk



Linha de ajuda Pain Concern

Telefone: **0300 123 0789**, e-mail: help@painconcern.org.uk

Site: www.painconcern.org.uk



© Crown copyright 2024

Product code: C24SGX1PT Portuguese

1p 100K OCT 2024 (APS)

UK Health Security gateway number: 2024673

Larger font for accessibility

If you would like to order more copies of this leaflet, or another format such as large print, braille or as a translated copy please visit www.healthpublications.gov.uk or phone: 0300 123 1002, Minicom: 0300 123 1003 (8am to 6pm, Monday to Friday)

www.nhs.uk/vaccinations