

PROJETO-PILOTO VAC-PACT
VACCINATION CONFIDENCE –
PATIENTS’ AND PROFESSIONALS’
AWARENESS, COMMUNICATIONS &
TRUST

Vacinação e doenças respiratórias



Projeto financiado pela
União Europeia



○ status quo

- Milhares de adultos em todo o mundo adoecem anualmente vítimas de doenças prevenidas pela vacinação.
- As pessoas com doenças respiratórias, mais especificamente, apresentam frequentemente um maior risco de complicações causadas por doenças prevenidas pela vacinação.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que:

262 milhões de pessoas

mundialmente têm asma

65 milhões de pessoas

sofrem de doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC)

... enquanto **muitos mais milhões** sofrem de rinite alérgica e outras doenças respiratórias crónicas frequentemente subdiagnosticadas.

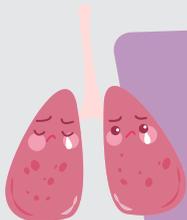
As causas das doenças respiratórias crónicas são bem conhecidas e incluem a exposição a poluentes do ar interior e exterior, a alérgenos e a agentes químicos ocupacionais. Os riscos mais modificáveis incluem o consumo de **tabaco** e, em menor medida do que no caso de outras doenças crónicas, uma **dieta pouco saudável, obesidade e falta de atividade física**.

Além disso, o envelhecimento está associado ao aumento de doenças crónicas e incapacitantes. As doenças respiratórias crónicas contam-se entre as mais frequentes e graves.

A vacinação é um passo importante para se manter saudável.

Contacte um profissional de saúde, exponha a sua situação individual e as suas necessidades de saúde, e certifique-se de que o seu boletim de vacinas está atualizado.

Descrição geral de doenças respiratórias



As doenças respiratórias crônicas são doenças crônicas que afetam as vias respiratórias e outras estruturas pulmonares. Estas podem ser agrupadas em **doenças pulmonares obstrutivas** e **doenças pulmonares restritivas**.



- **As doenças pulmonares obstrutivas** provocam uma maior dificuldade na exalação de ar, nomeadamente, a asma, doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC) e bronquiectasia.

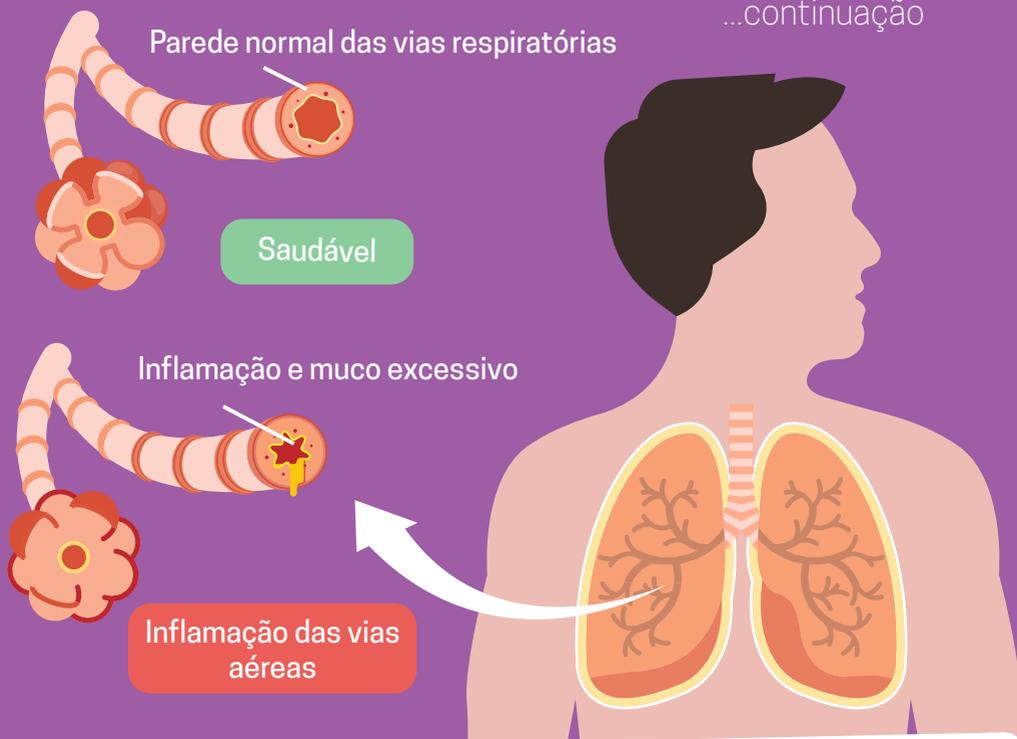
- **As doenças pulmonares restritivas** são doenças do foro pulmonar que podem causar problemas devido à restrição da capacidade de inalação de ar, nomeadamente, a fibrose pulmonar, sinusite crónica ou doenças pulmonares profissionais.



Os principais sintomas incluem sibilo, dispneia, pressão no peito e tosse. Até ao momento, ainda não foi encontrada cura para as doenças respiratórias crônicas, porém **através de tratamentos, cuidados preventivos e alterações ao estilo de vida, é possível viver uma vida longa e saudável!**

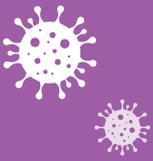
Descrição geral de doenças respiratórias

...continuação



- Num **doente saudável**, a parede das vias respiratórias apresenta uma espessura normal e não apresenta muco.
- Por outro lado, um doente com **inflamação das vias aéreas** apresenta uma parede inflamada das vias respiratórias com muco capaz de dificultar a respiração.

Determinadas doenças prevenidas pela vacinação podem igualmente aumentar de forma significativa a inflamação das suas vias respiratórias e pulmões. Desta associação podem resultar pneumonias e outras doenças respiratórias graves.



Aspetos essenciais sobre as vacinas

A vacinação protege as pessoas vacinadas, as pessoas que lhes são próximas e a comunidade em geral. Quando um número suficiente de pessoas numa população se torna imune a uma doença infecciosa, é improvável que a doença se transmita de pessoa para pessoa. É o que se chama **imunidade comunitária** (também denominada **imunidade de grupo**).

Alguns doentes subestimam o risco de contrair uma doença e não compreendem que o facto de não estarem vacinados pode resultar num risco sério para a sua saúde e para a saúde de outras pessoas.

- É do conhecimento geral o facto de as **pessoas com doenças respiratórias** estarem mais expostas a riscos de saúde relacionados com doenças prevenidas pela vacinação.
- É crucial **consultar o seu profissional de saúde caso a caso** uma vez que determinadas vacinas não são recomendadas para pessoas com sistemas imunocomprometidos e/ou alergias.

Chamada de atenção: Os conselhos dos profissionais de saúde têm um impacto importante na atitude dos doentes relativamente à vacinação.

Lembre-se:

- Ainda existem diferenças consideráveis na UE entre os programas nacionais de imunização.
- Pode ter uma ideia sobre as diferenças entre os programas de vacinação nos países da UE/EEE, consultando a ferramenta de calendarização de vacinas, disponibilizada pelo Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças (ECDC).



Vacinas essenciais

...continuação

Com base nas recomendações do Centers for Disease Control and Prevention, CDC (Centro de Controlo e Prevenção de Doenças dos EUA), eis **4 vacinas essenciais** que podem contribuir para mitigar estes riscos:

Vacina contra o vírus influenza A (gripe)

Protege contra as infeções por gripe todos os anos. As doenças associadas à gripe incluem vários tipos de infeção pulmonar que podem desencadear o agravamento de condições crónicas associadas. **Agora é mais importante do que nunca tomar a vacina da gripe porquanto os doentes correm um risco maior de consequências graves para a saúde devido à COVID-19.**

Vacina tetravalente contra a tosse convulsa, o tétano e a difteria

Protege contra o **tétano**, a **difteria** e a **tosse convulsa**, que podem constituir doenças graves para pessoas de todas as idades. O trismo, o crupe e a tosse convulsa são alguns dos sintomas indesejados destas infeções. A frequência da dose da vacina é **recomendada com base na idade**: normalmente, é administrada uma dose de reforço de 10 em 10 anos.



Vacina contra o pneumococo

Protege contra a **bactéria do pneumococo** que pode causar pneumonia, infecções sanguíneas e meningite. A doença pneumocócica é comum entre as crianças pequenas, mas os adultos mais velhos correm maior risco de doença grave e morte. O risco de contrair estas infecções aumenta com a gripe. **Recomenda-se que todos os adultos com idade igual ou superior a 65 anos** tomem a vacina. Alguns grupos poderão necessitar de várias doses ou de doses de reforço.

Vacina contra o herpes zoster

Protege contra a **zona** (também conhecida como herpes zoster) e as dolorosas erupções cutâneas e bolhas associadas que a acompanham de um dos lados do corpo, muitas vezes o rosto ou o tronco. Normalmente, as bolhas secam e formam crostas num espaço de 7 - 10 dias e desaparecem completamente ao fim de 2 - 4 semanas. Contudo, em alguns casos, a dor pode durar meses ou mesmo anos depois de a erupção cutânea desaparecer. É **recomendada para adultos com idade igual ou superior a 50 anos**, incluindo adultos que tiveram zona ou tomaram as vacinas anteriores contra a zona.

É importante notar ainda que, embora alguns doentes possam desenvolver sintomas ligeiros após a vacinação, estes são sinais normais de que o corpo está a criar defesas. Os sintomas, se os houver, deverão desaparecer no espaço de alguns dias.





COVID-19

No dia 11 de março de 2020, a OMS qualificou a COVID-19, **uma doença respiratória infecciosa**, causada por um coronavírus recém-descoberto, como uma pandemia à escala mundial que afeta pessoas de todas as idades.



Sintomas comuns



Febre



Tosse



Dores musculares



Cansaço



Dificuldades respiratórias



As pessoas com doenças respiratórias

são consideradas um grupo de alto risco para a COVID-19 e têm maior probabilidade de desenvolver sintomas graves.



COVID-19

...continuação

Tendo em consideração o aumento do risco para a saúde em consequência da COVID-19, é fundamental que as pessoas com doenças respiratórias sejam incluídas entre os grupos prioritários dos programas de vacinação.

Até setembro de 2021, a Agência Europeia de Medicamentos (EMA) aprovou a utilização das seguintes vacinas para a COVID-19 na União Europeia: **Comirnaty** (Pfizer-BioNTech), **Spikevax** (Moderna), **Vaxzevria** (AstraZeneca) e **Janssen**.

A segurança de todas as vacinas na UE é vigiada atentamente pela EMA.



Os sintomas têm início **entre 3 a 7 dias após a exposição** ao vírus, porém, em alguns casos, o aparecimento dos sintomas pode demorar até 14 dias.



Entre as **complicações mais raras e graves** destacam-se as infeções pulmonares, as doenças renais e inclusivamente a morte.



O grau de gravidade da COVID-19 está associado ao **aumento da idade (>60 anos)** e à presença de várias condições de saúde subjacentes, incluindo a hipertensão, a diabetes, doenças cardiovasculares, doenças respiratórias crónicas e imunossupressão. Dados recentes apontam também para grupos masculinos com taxas de risco ligeiramente mais elevadas.

Decisão consciente

O tópico da vacinação está a originar um debate apaixonado, mas é fundamental abordar o problema da falta de adesão à vacinação e a hesitação em vacinar através do **diálogo aberto** e fundamentado em **dados científicos**.

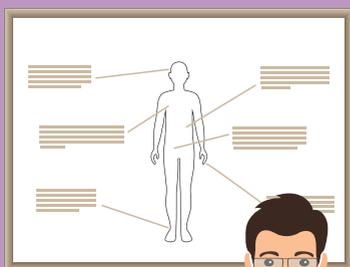
A **capacitação dos doentes** é um dos principais elementos dos cuidados de saúde centrados nos doentes. Esta define-se como um processo multidimensional que ajuda os doentes a adquirir controlo sobre a sua própria vida e aumenta a sua capacidade para agir em relação a problemas que eles próprios definem como importantes.

O mensageiro pode ser mais importante do que a mensagem em si para que as pessoas aceitem intervenções de saúde.



Chamada de atenção:

Fazer perguntas é uma ferramenta poderosa e positiva!



Decisão consciente

...continuação

A capacitação dos doentes compreende 3 aspetos que se sobrepõem e se reforçam mutuamente: a **alfabetização sanitária**, a **tomada de decisões partilhada** e a **autogestão**.

A capacitação é um processo bilateral. O doente precisa de ter no “profissional de saúde capacitado” um interlocutor que apoia o envolvimento do doente e sabe criar um ambiente de cuidados de saúde propício.



Carta sobre a **capacitação dos doentes**

01

O doente é mais do que o seu estado de saúde

Os cuidados de saúde consistem, fundamentalmente, em interações humanas. Ser tratado com respeito, dignidade e compaixão e ser considerado como um ser humano, cuja vida é mais do que o seu estatuto social ou estado de saúde, é um ponto de partida para a capacitação.

02

Tem a capacidade necessária na medida necessária

Todos os doentes devem ser apoiados e autorizados a ter uma palavra a dizer sobre os cuidados que recebem, de acordo com as suas capacidades e desejos e independentemente da sua idade, sexo, aptidão, origem étnica, religião ou crença, situação socioeconómica, orientação sexual/de género, identidade, expressão ou características.

03

É um indivíduo igual em todas as decisões relacionadas com a sua saúde

Todas as decisões relacionadas com a saúde, quer seja o planeamento de cuidados a longo prazo para necessidades complexas ou decisões pontuais de tratamento/prevenção, devem ser o resultado de um processo de tomada de decisões partilhado entre o doente e a equipa de cuidados de saúde. Os doentes e os profissionais têm de participar em pé de igualdade no diálogo sobre preferências, prioridades e valores de tratamento.

04

Tem as informações de que necessita num formato compreensível, incluindo os seus próprios registos de saúde.

Os doentes têm o direito de receber as informações de que necessitam e que desejam, na quantidade e formato corretos e no momento certo, em linguagem suficientemente simples para lhes permitir tomar opções de acordo com os seus desejos. As informações aos doentes devem ser elaboradas em conjunto com estes para garantir que sejam de boa qualidade.

05

Os seus profissionais de saúde e o sistema de saúde promovem ativamente a alfabetização sanitária

A alfabetização sanitária é mais do que apenas informação: trata-se de ser capaz de procurar, avaliar e utilizar informações de saúde para tomar boas decisões de saúde em todas as áreas da vida.

06

Tem à sua disposição todo o apoio permanente de que necessita para gerir os seus próprios cuidados

As necessidades dos doentes individuais de gerirem os seus cuidados e a sua vida no contexto dos seus valores, objetivos, família e outras circunstâncias pessoais devem estar no cerne de uma abordagem conjunta aos cuidados de saúde. Devem ser oferecidas aos doentes e às famílias todas as opções pertinentes para que façam escolhas significativas. Também a educação em autogestão deve ser amplamente disponibilizada na comunidade no âmbito dos cuidados integrados de doenças crónicas.

07

A sua experiência é uma medida vital da qualidade dos cuidados de saúde

A experiência dos doentes deve ser adotada como uma métrica fundamental na avaliação da qualidade dos cuidados de saúde. Tal não significa exercícios em que se assinalam quadrículas, como “inquéritos de satisfação”, mas sim medidas relevantes – e qualitativas – centradas nos doentes. Devem ser definidos indicadores para avaliar a qualidade dos cuidados de saúde também pelos próprios doentes.

08

Pode participar na avaliação e na conceção conjunta de serviços de saúde, para que funcionem melhor para todos

O envolvimento relevante dos doentes baseia-se na premissa de que estes têm uma experiência e conhecimento únicos: somente o paciente vê “todo o percurso”. Os doentes podem identificar lacunas na oferta, mas também serviços supérfluos ou indesejáveis, ajudando a tornar os cuidados de saúde mais eficazes e eficientes. Os doentes têm também o direito democrático fundamental de serem representados a todos os níveis e o seu envolvimento deve ser incorporado em estruturas e processos formais.

09

Graças às organizações de doentes, a sua voz torna-se parte de uma voz maior e unida

Os doentes individuais podem ser defensores poderosos com base nas suas experiências e circunstâncias pessoais. Enquanto as organizações de doentes manifestam opiniões que representam um grupo de doentes.

10

A equidade e a capacitação ocorrem em paralelo

Para ser um doente capacitado, o acesso a cuidados de elevada qualidade e o acesso equitativo, sem discriminação, a cuidados de saúde e sociais de alta qualidade são essenciais.



O projeto-piloto "Vaccination Confidence - Patients' and Professionals' Awareness, Communication and Trust (Confiança na vacinação – Conscientização, comunicação e credibilidade de pacientes e profissionais de saúde) (VAC-PACT)" recebeu financiamento do Programa de Saúde da União Europeia, no âmbito do contrato de serviços SANTE/2019/C3/013-S12.820639, e reúne partes interessadas fundamentais com um vasto conjunto de conhecimentos especializados e de diversos contextos em toda a Europa

