



PSGG - Associação de Medicina Geriátrica e Gerontologia  
Portuguese Society of Geriatric and Gerontology

SPGG - Sociedade Portuguesa de Geriatria e Gerontologia  
(Secção da Sociedade das Ciências Médicas de Lisboa)  
(Membro da IAGG - International Association of Geriatrics and Gerontology)

#### Presidente

Prof. Manuel Carrageta

#### Vice-Presidentes

Dr. António Leuschner

Prof. Frederico Teixeira

Prof. Manuel José Lopes

Dra. Maria João Quintela

Prof. Ovídio Costa

Dr. Rui Leão Martinho

#### Secretário-Geral

Dr. Pedro de Moura Reis

#### Tesoureiro

Dr. Rui Soares

#### Vogais

Dr. Álvaro Ferreira da Silva

Prof. José Augusto Simões

Prof. José Coucello

Prof. José Ferreira Alves

Dr. Manuel Viana

Prof. Mário Pereira Pinto

Dr. Luiz Cortez Pinto

Dra. Paula Guimarães

Dra. Rosa Afonso

Prof. Sandro Miguel Teles Jorge

Profª Stella Bettencourt da Câmara

#### Assembleia Geral

Prof. Jacinto Gonçalves

Dr. Vítor Gabão Veiga

Dr. Amílcar Aleixo

#### Conselho Fiscal

Dr. Mendes Silva

Dr. António Gata Simão

Dra. Isabel Viana

#### Representante para as Relações

#### Internacionais

Dra. Maria João Quintela

## Recomendações da Sociedade Portuguesa de Geriatria e Gerontologia (SPGG) para a vacinação das pessoas idosas

As vacinas são dos maiores sucessos da história da medicina. Têm salvado mais vidas nos últimos 50 anos que qualquer outra intervenção médica. Graças, em grande parte às vacinas, as doenças infecciosas como a poliomielite, a difteria, a papeira, o sarampo (que foi erradicado), a varíola e a rubéola fazem quase parte do nosso passado.

A Covid-19 e a gripe vieram demonstrar mais uma vez como as vacinas são fundamentais, em particular, para os adultos mais idosos. Com efeito, verifica-se que mais de 90% das mortes ocorrem em indivíduos com idade superior a 60 anos.

Tem sido evidente que a idade avançada condiciona um enorme aumento da suscetibilidade às complicações, associadas a estas duas infeções, quase sempre devidas a um fenómeno da imunossenescência, ou seja, de envelhecimento do sistema imunitário. Isto é, nas pessoas idosas há um enfraquecimento imunitário que conduz a uma menor capacidade do organismo para responder às infeções, sendo também responsável por uma potencial menor resposta protetora às vacinas. Por esse motivo tem havido um desenvolvimento de vacinas especificamente reforçadas para aumentar a resposta imunitária às vacinas a administrar à população com idade mais avançada.

A SPGG recomenda vivamente a vacinação contra a COVID-19, bem assim como todos os reforços vacinais que vierem a ser fixados superiormente.

Face à evidência científica atual, a SPGG recomenda que todas as pessoas idosas devem dar a maior atenção às seguintes vacinas:

**Vacina da gripe** - A SPGG recomenda que, nas pessoas com mais de 60 anos de idade, se opte por uma vacina da gripe quadrivalente (e com dose reforçada, logo e quando esta vier a estar disponível) todos os Outonos. Como a estação da gripe se prolonga até ao fim de Março, aconselhamos que todos se vacinem, preferencialmente desde o início de Novembro até ao final da 1ª quinzena de Dezembro. Se por qualquer razão não o tiverem podido fazer nesta data, poderão ainda fazê-lo depois, não devendo no entanto protelar a vacinação da gripe para além do final de Janeiro.

**Vacina antipneumocócica** - A infeção pneumocócica é a principal causa de pneumonia adquirida na comunidade e uma importante causa de morte das pessoas idosas. Tal como acontece com a gripe também a Covid-19 aumenta o risco de pneumonia, particularmente nas pessoas com mais de 60 anos. Estão disponíveis duas vacinas antipneumocócicas: a conjugada e a polissacarídica. A SPGG recomenda a vacinação pneumocócica neste grupo etário, que no caso da vacina conjugada (PC-13), requer apenas uma inoculação para toda a vida, uma vez que induz uma resposta imunitária intensa e prolongada. No entanto, para uma maior proteção deve-se administrar também a vacina polissacarídica (PP-23).

Sempre que possível, a vacina conjugada deve ser administrada em primeiro lugar e aguardar-se um mínimo de 8 semanas para inocular a vacina polis-





sacarídica. Quando a pessoa idosa recebeu previamente a vacina polissacarídica, deve esperar-se pelo menos um ano antes de se administrar a vacina conjugada. Nos imunodeprimidos a vacina polissacarídica deve ter uma única inoculação de reforço após 5 anos.

Vacina anti-pertussis (tosse convulsa) - Nas pessoas idosas, a tosse convulsa pode assumir bastante gravidade. A SPGG recomenda que esta vacina deva ser feita uma vez na idade adulta. Pode ser inoculada em conjunto com as do tétano e da difteria, que devem ser administradas de 10 em 10 anos.

A vacina da Herpes zoster - A herpes zoster (cobrão, zona) é uma doença que se manifesta por dor intensa e erupção vesicular unilateral, geralmente no tórax. Esta infeção complica-se muitas vezes com dor persistente e difícil de tratar, não sendo raro, pelo sofrimento que pode provocar, em alguns casos, chegar a levar ao suicídio. Associa-se também a um aumento do risco de cegueira por herpes ocular, acidente vascular cerebral, parestesias e paralisias nervosas, incluindo a síndrome de Guillain-Barré. Embora alguns fármacos antivíricos se possam utilizar no tratamento, a única proteção realmente eficaz é a vacinação, que confere imunidade para o resto da vida. Estão disponíveis duas vacinas, uma delas com vírus vivo atenuado e outra mais recente, uma vacina baseada na tecnologia recombinante. Todos os indivíduos com mais de 50 anos devem receber preferencialmente esta última, administrada em duas inoculações, com 2 a 6 meses de intervalo. Para terminar, a SPGG salienta que as vacinas são tão importantes nas pessoas idosas como nas crianças e constituem um dos pilares do envelhecimento saudável.

SPGG, Outubro de 2021

Grupo de Trabalho da Sociedade Portuguesa de Geriatria e Gerontologia

Manuel Carrageta (Presidente)

Ovídio Costa

José Coucello

Luiz Cortês Pinto

Mário Pereira Pinto

Maria João Quintela,

Pedro Moura Reis

José Augusto Simões

Álvaro Ferreira da Silva

Rui Rosado Soares

Frederico Teixeira

Manuel Viana