

Fotos: Ed Alves/CB/DA.Press



André Campolina, Marcos Parente, Maria das Graças Oliveira e Mário Matos garantiram a vacinação contra gripe



Rosa Farias mostra seus cartões de vacina repletos de carimbos

# Turma feliz, **VACINA EM DIA!**

Idosos se orgulham de manter o cartão de imunização atualizado. Especialistas destacam a importância dessa decisão

"(Vacinar-se é) Questão de saúde e de respeito, não é?", pontuou Marcos Parente



"O benefício sempre foi maior do que a dor", garantiu Ernani Ramalho



"Tem vacinação, eu 'tô' dentro. E nem dói, sabe?", disse André Campolina



"Vou me vacinar até morrer. E, se tiver vacinas para defunto, eu tomo também", brincou Rosa Farias



» LETÍCIA MOUHAMAD » CAMILA COIMBRA

Em tempos de negacionismo, manter o cartão de vacinação completo e em dia é motivo de orgulho para muitos, principalmente na terceira idade, grupo prioritário nas campanhas de incentivo à imunização contra a influenza. Na fila para tomar a vacina contra gripe, na Unidade Básica de Saúde 2, da Asa Norte, o papo, descontraído, girou em torno desse tema. O aposentado André Campolina, de 77 anos, por exemplo, contou que não perde uma campanha. "Vacinar-se é garantir a proteção de si e do outro", comentou, em concordância com o colega Marcos Parente, 65, que lembrou a importância da imunização. "Questão de saúde e de respeito, não é?", disse.

Orgulhoso, André mostrou seus cartões de vacinação repletos de carimbos. O mais antigo era de 2008, também contra gripe. Apesar de lamentar ainda não haver uma vacina contra a dengue disponível para a sua idade, ele relatou que aconselha todos a se vacinarem. "Tem vacinação, eu 'tô' dentro. E nem dói, sabe? Não sinto nada", garantiu.

Quem também assegura não se abalar com a "picadinha" é Rosa Farias, 83, que recordou não ter tido febre nem dor quando tomou as doses contra covid-19, como confirmou Idaiana de Souza, 41, cuidadora da aposentada. "Ela ficou com o braço inchado e sensível, mas não reclamou de nada nem mostrou qualquer incômodo", disse. Segundo a cuidadora, dona Rosa é uma grande incentivadora da vacinação entre os amigos e familiares. "Ela sempre lembra e me cobra que eu esteja vacinada. Faz o mesmo com os filhos e netos", completou a profissional.

Rosa lembrou de um episódio no qual contraiu o vírus da covid-19, mas manifestou poucos sintomas e se recuperou rapidamente. "Como tenho hipertensão e diabetes, se não estivesse vacinada, poderia ter vivenciado uma grave situação de saúde." A aposentada, que também tem o cartão preenchido com carimbos, enalteceu os imunizantes e afirmou acreditar no potencial das vacinas. "Vou me vacinar até morrer. E, se tiver vacinas para defunto, eu tomo também", disse, aos risos.

## Mudanças

A médica alergista e imunologista Paula Argolo, 31, explica a importância de os idosos estarem com todas as vacinas em dia. Com o passar da idade, o sistema imunológico passa por mudanças e desregulação que levam os idosos a terem mais predisposição a infecções e, às vezes, essas infecções podem ter uma tendência a ficarem mais graves também.

"É importante tomar as vacinas, pois o imunizante é um treinamento do sistema. Os idosos ficam mais protegidos, então é muito importante que estejam com o calendário vacinal em dia, porque eles estão mais vulneráveis. A vacinação funciona para que o sistema gere uma proteção contra aquele vírus/bactéria, e no próximo contato, o sistema tem aquela defesa, e com a memória imunológica ele cria os anticorpos, e a sua defesa será maior. A vacina faz esse treinamento do sistema imunológico e deixa as pessoas mais protegidas caso tenham contato com esse micro-organismo", explicou ela.

A médica também falou quais são as vacinas mais importantes nessa fase da vida. No caso de algumas, que são indicadas para todos os indivíduos, o idoso deve se certificar se já as tomou ao longo da vida, como a vacina da febre amarela e da Hepatite B. "A vacina tríplice bacteriana célula A, que protege contra difteria, tétano e coqueluche, deve ser tomada a cada 10 anos. Já a vacina da gripe deve ser tomada todos os anos", explicou Paula.

A especialista alertou sobre a importância dessa vacinação contra a influenza. "Ela causa surtos e pandemias em diversos momentos, e por ser muito frequente, é muito importante estar protegido. A gripe é uma doença sazonal e a vacina é produzida todo ano, com base nos subtipos dos vírus que mais circularam no ano anterior." De acordo com ela, a vacina deve ser aplicada idealmente antes do inverno, quando aumentam os casos da doença. Depois da vacinação, essa proteção cai ao longo dos meses e, por isso, é importante tomá-la todos os anos. "É fundamental manter uma vida equilibrada, saudável, pois não existe remédio. Mas as vacinas ajudam muito, justamente por gerar esse treinamento e essa proteção", alertou.

Paula destacou que no SUS existe a vacina triva-

lente, que protege contra três sorotipos de gripe. "Porém, na rede privada tem a vacina influenza de alta concentração, que é quadrivalente: protege contra quatro sorotipos e tem quatro vezes mais antígeno, que vai induzir a uma memória imunológica. É indicada para os indivíduos acima de 60 anos, e a proteção é maior", ressaltou a médica. Além dessas, segundo ela, é importante o idoso tomar o imunizante contra a pneumococo e o que protege contra a herpes zóster, além de manter o calendário vacinal contra a covid-19 atualizado.

## Envelhecimento

Segundo Cecília Beatriz Fiuza, 47, farmacêutica com doutorado em imunologia, o sistema imune envelhece com o passar dos anos, e alguns mecanismos que o corpo humano possui se tornam menos eficientes. "A vacina vai educar o nosso sistema imune a responder de forma adequada ao micro-organismo, fazendo esse reforço. Principalmente para os idosos, por eles já terem um sistema imune que está passando por um processo de envelhecimento."

Cecília ainda pontuou que, uma vez imunizados pela vacina, quando em contato com o vírus ou a bactéria em questão, o organismo reconhece a estrutura estranha derivada do patógeno. "O organismo já está preparado para o caso daquele contato. Desse jeito, ele responde ao patógeno de uma forma mais eficiente. Então, você terá uma doença mais branda, menos grave", disse Beatriz. De acordo com ela, o vírus da influenza é um dos que precisam mais atenção, uma vez que ele muda com frequência, o que faz com que a cada ano seja preciso adaptar a vacina aos tipos de vírus que estão circulando. "Por isso a população precisa se vacinar anualmente."

A farmacêutica afirmou que a vacinação é importante para a sociedade como um todo, uma vez que manter grande parte da população imunizada auxilia na diminuição de disseminação daquela doença. "Esses patógenos vão circular menos porque eles irão encontrar indivíduos imunizados. Quando baixa a imunização, o patógeno encontra brechas na população para circular mais", explicou.

## Obrigações

Para Ernani Ramalho, 74, que chegou cedo à UBS 2 da Asa Norte, se vacinar é uma obrigação da comunidade. Com uma carteira dedicada apenas a guardar os cartões de vacinação, ele mostrou, honrado, todos os carimbos que acumula. Além disso, também incentiva os filhos e netos a se imunizarem. "Normalmente, eu fico sabendo das campanhas por conversas entre amigos ou pela mídia, mas acredito que falta uma divulgação mais efetiva", analisou.

O aposentado ainda lembrou que, quando era mais jovem, as vacinas eram aplicadas com uma pistola de ar comprimido, responsável por deixar marcas permanentes na pele e por fazer muita criança chorar, diferentemente de hoje quando, com uma picada, a imunização está garantida. "Antes rasgava a pele. A gente ficava três dias sem ir à escola. De toda forma, o benefício sempre foi maior do que a dor", reforçou.

## Rápido, prático e gratuito

Na UBS 1 de Taguatinga, Sebastião de Souza, 84, garantiu sua dose anual contra gripe. Bem-humorado, disse que tem uma saúde "de ferro" para a sua idade e que, assim como os demais entrevistados pela reportagem, não sente dor alguma após a aplicação. Orgulhoso, recordou que toma a vacina contra influenza desde os 24 anos. "Nunca perdi uma campanha. Acredito que, por ser gratuito, é nossa responsabilidade buscar esse recurso", ressaltou.

Com posicionamento semelhante, o casal Austern Gonçalves, 90, e Carolina Brandão, 84, apontou ser fundamental aproveitar a oportunidade que o governo oferece de se prevenir contra doenças. "Vimos nos dois primeiros dias da vacinação contra gripe, mas não conseguimos nos imunizar. Estava lotado, a fila dava voltas. Hoje (terceiro dia), foi rápido e prático", explicou Austern.

Carolina lembrou ter uma família preocupada que sempre lembra o casal de se vacinar. "Temos três filhos, oito netos e seis bisnetos. Todos sempre se vacinam e fazem questão de lembrar de nos imunizarmos também. Temos o cartão cheio e, normalmente, vamos ao postinho logo no primeiro dia de campanha", contou a aposentada.