

**A GRIPE PODE SER  
GRAVE PARA SI E  
PARA O SEU BEBÉ**  
VACINE-SE



## A gripe pode ser grave quando está grávida

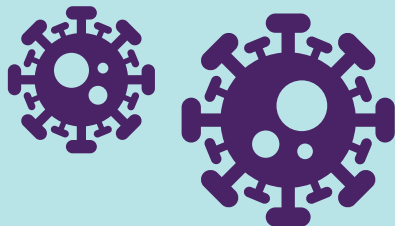
As mulheres grávidas têm maior risco de doença grave e internamento hospitalar devido a gripe em comparação com os outros adultos saudáveis. Isso decorre pelas alterações temporárias do sistema imunológico, cardiovascular e respiratório, que tornam as mulheres grávidas mais vulneráveis ao desenvolvimento de complicações graves.

A gripe pode ser grave para os recém-nascidos, uma vez que os seus sistemas imunitários não estão totalmente desenvolvidos tendo menor capacidade de combater infeções. A gripe durante a gravidez pode provocar um parto prematuro ou o nascimento de um bebé de baixo peso.

## O que é a gripe?

A gripe é uma doença infecciosa transmitida de pessoa a pessoa através de partículas de saliva, expelidas sobretudo através da tosse e dos espirros. Manifesta-se por início súbito e pode durar entre poucos dias e duas semanas.

Os sintomas mais comuns incluem febre, tosse, dores musculares e articulares, dores de cabeça. A maior parte das pessoas recupera rapidamente, mas, por vezes, a gripe pode causar graves complicações, incluindo bronquite e pneumonia, ou mesmo morte.

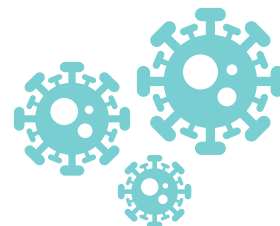


## A vacinação contra a gripe - a melhor opção na gravidez para a mãe e para a criança

A vacinação contra a gripe sazonal é segura em todas as fases da gravidez. Milhões de doses de vacina contra a gripe têm sido administradas as mulheres grávidas em todo o mundo, há muitos anos e a vacina é segura na gravidez.

Após ser vacinada a grávida passa a sua imunidade para ao seu bebé, protegendo-o até aos seis meses de vida. Isto é importante porque até aos seis meses de idade os bebés são novos demais para receber a vacina.

Os efeitos secundários comuns da vacina incluem dor e vermelhidão no local da injeção. Algumas pessoas sentem dores de cabeça, dores musculares, febre, cansaço e náuseas. Estes sintomas são passageiros, ao contrário da gripe.



## Se tiver sintomas de gripe durante a gravidez

A vacinação contra a gripe reduz o risco de adoecer durante a gravidez e ajuda a proteger o seu bebé recém-nascido. Como nenhuma vacina protege a 100% é importante que contacte o seu médico se sentir sintomas de gripe, mesmo que já tenha sido vacinada.

Os sintomas mais comuns incluem febre, dores musculares e articulares, dores de cabeça. A maior parte das pessoas recupera rapidamente, mas, por vezes, a gripe pode causar graves complicações, incluindo bronquite e pneumonia, ou mesmo morte.



**A vacinação é segura**  
[www.euro.who.int/en/fluaware](http://www.euro.who.int/en/fluaware)