



Pílulas
de
Saúde



OUTONO E INVERNO: TEMPO DE PREVENÇÃO CONTRA AS INFECÇÕES RESPIRATÓRIAS

Com a chegada das temperaturas mais baixas, aumentam os casos de infecções respiratórias e, conseqüentemente, o risco de complicações, especialmente em crianças, adultos com mais de 50 anos, idosos e pessoas com doenças crônicas.

Por isso, outono e inverno são estações estratégicas para a atualização vacinal.

A vacinação é uma das medidas mais eficazes para prevenir formas graves de doenças infecciosas, reduzindo internações, preservando a independência funcional e diminuindo a mortalidade.

Entre as vacinas recomendadas, destacam-se:

- **influenza** – indicada para todas as faixas etárias, com atenção especial à vacina de alta proteção para pessoas acima de 60 anos;
- **pneumocócica** – recomendada para crianças, adultos a partir dos 50 anos, idosos e grupos de maior risco;
- **vírus sincicial respiratório (VSR)** – indicada para grupos selecionados a partir dos 60 anos e, de forma ampliada, para a população acima de 70 anos.

Manter o calendário vacinal atualizado é um cuidado essencial com a saúde, qualidade de vida e longevidade.

A Mútua dispõe de um programa de imunização preparado para orientar, avaliar e aplicar as vacinas indicadas de forma personalizada.

Dra. Flávia Gomes Lopes
Clínica Médica e Geriatria