


**South East  
London**   
Integrated Care System



**South East London**



# Proteger a saúde das crianças **agora e no futuro**

Mais informação acerca das vacinas.

[selondonics.org/childrenshealth](https://selondonics.org/childrenshealth)



# Porque é que as crianças precisam de ser vacinadas?

As vacinas protegem as crianças de doenças graves e potencialmente mortais quando estas são muito pequenas, durante o seu percurso escolar e na idade adulta. As vacinas já salvaram milhões de vidas em todo o mundo. Contudo, se as pessoas pararem de levar vacinas é bem possível que as doenças infecciosas se voltem a disseminar rapidamente.



## Como é que as vacinas funcionam?

As vacinas imitam uma infecção (a invasão e o crescimento de um germe, como um vírus ou uma bactéria, no organismo) e ensinam o organismo a criar combatentes especiais chamados anticorpos que o protegem da doença.

É muito mais seguro para o corpo fazer esta aprendizagem através da vacinação em vez de apanhar a doença e depois então desenvolver os anticorpos para a tratar. Quando o organismo aprende a combater uma doença através da vacinação, regra geral consegue proteger a criança durante muitos anos.



## Proteger as crianças contra doenças e enfermidades

De acordo com a Organização Mundial de Saúde ([www.who.int](http://www.who.int)), a vacinação previne mais de 3,5 milhões de mortes por ano resultantes de doenças como a difteria, o tétano, a tosse convulsa, a gripe e o sarampo.

Desde que as vacinas foram introduzidas no Reino Unido, doenças como a varíola e o tétano, que costumavam matar ou incapacitar milhões de pessoas, desapareceram ou são agora muito raras. Outras doenças, como o sarampo e a difteria, foram reduzidas até 99,9% desde a introdução das respetivas vacinas.

**Contudo, se as pessoas pararem de levar vacinas é bem possível que as doenças infecciosas se voltem a disseminar rapidamente.**



## Qual é a importância deste folheto?

Este folheto entra em detalhes quanto à vacinação (ou imunizações) oferecida gratuitamente às crianças pelo NHS, e quando esta deve ser tomada. As vacinas devem ser administradas de acordo com uma calendarização própria, mas se a criança falhou uma toma pode contactar o(a) seu(sua) médico(a) de família para a colocar em dia.

# A partir de que idade é que a criança precisa de tomar vacinas de rotina?

Idade	Vacina	Protege contra
8 semanas	<b>Vacina 6 em 1 (1ª dose)</b>  <b>Vacina contra o Rotavírus (1ª dose)</b> <b>MenB (1ª dose)</b>	- Difteria, Hepatite B, Hib (Haemophilus influenzae tipo B) Poliomielite, Tétano, Tosse convulsa (pertússis) - Rotavírus - Bactérias Meningocócicas do grupo B
12 semanas	<b>Vacina 6 em 1 (2ª dose)</b> <b>Vacina contra o Rotavírus (2ª dose)</b> <b>MenB (2ª dose)</b>	- (Ver acima) - (Ver acima) - (Ver acima)
16 semanas	<b>Vacina 6 em 1 (3ª dose)</b> <b>Vacina pneumocócica (PCV) (1ª dose)</b>	- (Ver acima) - Streptococcus Pneumoniae (pneumococos)
1 ano	<b>VASPRV (1ª dose)</b> <b>Pneumocócica (PCV) (2ª dose)</b> <b>MenB (3ª dose)</b>	- Sarampo, Parotidite, Rubéola - Streptococcus Pneumoniae (pneumococos) - (Ver acima)
18 meses	<b>VASPRV (2ª dose)</b> <b>Vacina 6 em 1 (a partir de Jan 2026)</b>	- Sarampo, Parotidite, Rubéola - (Ver acima)
2-16 anos	<b>Vacina contra a gripe (todos os anos)</b>	- Gripe (Influenza)
3 anos e 4 meses	<b>4 em 1 (Reforço Pré-Escolar)</b>	- Difteria, Tétano, Tosse convulsa, Poliomielite
12-13 anos	<b>Vacina HPV</b>	- Vírus do Papiloma Humano
14 anos	<b>3 em 1 (Reforço para Jovens)</b> <b>MenACWY</b>	- Tétano, Difteria, Poliomielite - Meningite, Septicémia

Programa de atualização da vacina VASPRV, novembro de 2026 a março de 2028: crianças com idade entre 3 anos e 4 meses e menos de 6 anos (nascidas entre 1º de janeiro de 2020 e 31 de agosto de 2022) sem histórico de varicela ou duas doses da vacina contra varicela receberão uma dose de atualização.

# Contra que doenças é que estas vacinas protegem a criança?

## VASPRV

(Vacina contra o Sarampo, Parotidite, Rubéola e Varicela)

O sarampo, a rubéola e a varicela (catapora) geralmente começam com sintomas semelhantes aos do resfriado, seguidos por uma erupção cutânea. Em casos raros, o sarampo pode causar convulsões, cegueira, pneumonia e meningite, e às vezes pode ser fatal. A rubéola é mais perigosa para mulheres grávidas, causando problemas para o feto. A varicela começa com pequenas manchas que se transformam em bolhas com comichão antes de formar crostas. A papeira causa inchaço doloroso na lateral do rosto e, em casos raros, pode levar à meningite viral.

## MenB + MenACWY

Infecções meningocócicas podem ser graves, resultando numa meningite e envenenamento do sangue (sépsis). Em casos raros, estas podem ser fatais.

## Pneumocócica

As infecções pneumocócicas podem ser graves e levar ao desenvolvimento de pneumonia, sépsis e meningite.

## Tétano

O tétano é uma doença grave e com risco de vida causada pela entrada de bactérias em uma ferida. Ela pode causar rigidez na mandíbula, espasmos musculares dolorosos, dificuldade em respirar, temperatura elevada, sudorese, batimentos cardíacos acelerados e convulsões.

## Tosse convulsa (também chamada de coqueluches)

A tosse convulsa é uma infecção nos pulmões e das vias respiratórias que pode fazer com que os bebés e as crianças fiquem muito doentes. Em casos raros, esta pode ser fatal.

## Rotavírus

O rotavírus é uma infecção altamente infecciosa do trato digestivo que afeta tendencialmente os bebés e as crianças, tendo como sintomas diarreia, vômitos, dores de barriga e febre alta.

## Poliomielite

A poliomielite pode apresentar sintomas ligeiros, semelhantes aos da gripe, mas, em casos raros, pode provocar fraqueza muscular (paralisia).

## Difteria

A difteria é uma infecção grave que afeta o nariz e a garganta e, por vezes, a pele. Pode ser fatal, especialmente em crianças, se não for tratada rapidamente.

## Hep B

A hepatite B é uma infecção do fígado que dura normalmente 1 a 3 meses. A maioria das pessoas não têm sintomas ou então apresenta sintomas ligeiros, mas, em casos raros, pode tornar-se crónica e durar mais de 6 meses. Hep B Crónica pode ser grave se não for tratada.

## Hib B

O *Haemophilus influenzae* tipo B (Hib) é um tipo de bactéria que pode provocar infecções que colocam as pessoas em risco de vida. Os bebés e as crianças correm mais riscos de desenvolver uma doença com gravidade dada a sua fragilidade.

## Gripe

A gripe pode ser uma doença muito desagradável para as crianças e pode desencadear problemas graves que afetam os pulmões e as vias respiratórias, tais como, a bronquite e a pneumonia.

## HPV

O Vírus do Papiloma Humano (HPV) é o nome dado a um grupo muito comum de vírus, alguns dos quais são chamados de "alto risco" pois apresentam correlações com o desenvolvimento de cancro. Sendo estes, o cancro do colo do útero, o cancro do canal anal, os cancros da genitália e os cancros da cabeça e pescoço. Existem outros tipos de condições que podem levar ao aparecimento de verrugas.

# Quais são os efeitos secundários da vacinação nas crianças?

Menos de 10 % das crianças sentem efeitos secundários ligeiros que durem mais de 2 ou 3 dias depois da vacinação.

Os efeitos secundários podem incluir:

- Inchaço, vermelhidão e sensação de dor à volta do local da injeção
- Sensação de indisposição ou febre alta
- Sensação de perturbação, aumento do choro ou da irritabilidade, inquietação
- Vômitos e perda apetite temporária.

Algumas crianças podem sentir efeitos secundários raros - por exemplo, uma erupção cutânea que ocorre 1 vez em cada 24 000 doses da VASPR administradas.

Fale com o seu(sua) médico(a) de família para ficar a saber mais sobre os efeitos secundários raros.

É importante relembrar que as possíveis complicações das doenças infecciosas, como o sarampo, a papeira e a rubéola, são bem mais severas.

## O que devo fazer se a criança apresentar estes ou outros efeitos secundários?

Os efeitos secundários ligeiros podem ser tratados com paracetamol para crianças, como por exemplo, o Calpol. Em caso de preocupação, ou se a criança apresentar algum efeito secundário contínuo, fale com o(a) seu(sua) médico(a) de família.





# De que são feitas as vacinas será que são seguras?

## O que está no interior das vacinas?

O principal ingrediente de qualquer vacina é uma pequena quantidade de uma versão morta, enfraquecida ou fabricada do germe que provoca a doença. Os quais são denominados por antígenos. Algumas vacinas mais recentes contêm instruções para o organismo produzir antígenos, em vez do próprio antígeno.

Por vezes, as vacinas contêm outros ingredientes que as tornam mais seguras e eficazes.

## Alguma vacina contém produtos de porco?

Algumas vacinas contêm gelatina de porco para garantir que a vacina permanece segura e eficaz durante o armazenamento. Se não quiser que a criança tome uma vacina que contenha gelatina de porco por razões religiosas ou dietéticas, fale com o seu profissional de saúde sobre possíveis alternativas.

## As vacinas são seguras para as crianças?

Milhões de crianças no Reino Unido e em todo o mundo foram vacinadas contra doenças e enfermidades graves - e, em resultado, mantiveram-se em segurança. A vacinação também protege a sua família, amigos e a comunidade no geral, especialmente aqueles que são mais vulneráveis.

Por lei, todas as vacinas são submetidas a testes de segurança rigorosos antes de poderem ser colocadas no mercado. Quando uma vacina é introduzida no Reino Unido, é também controlada pela Agência Reguladora de Medicamentos e Produtos de Saúde (MHRA) para detetar quaisquer efeitos secundários raros.

## A criança permanece em segurança mesmo levando múltiplas vacinas de uma só vez?

Estudos demonstraram que é seguro tomar várias vacinas ao mesmo tempo e que a criança ficará protegida de algumas infecções muito graves.

## Onde posso encontrar mais informações?

Se tiver preocupações, dúvidas ou perguntas quanto às vacinas, segurança ou efeitos secundários, fale com o(a) médico(a) de família ou outro profissional de saúde do NHS.

Existem também várias provas científicas disponíveis online, provenientes de organizações de saúde, e cuidados de saúde de renome a nível mundial, tanto no Reino Unido como noutros locais, tais como a Organização Mundial de Saúde, o NHS e a Universidade de Oxford.

As histórias e relatos antivacinação espalham-se, particularmente através das redes sociais. É provável que não tenham qualquer tipo de fundamento científico e que possam colocar a criança em risco de contrair uma doença grave.

**A vacinação o melhor e mais importante método que podemos utilizar para nos protegermos a nós e às crianças contra várias doenças.**

**Pode obter mais informações no website do NHS:**

[www.nhs.uk/vaccinations/](http://www.nhs.uk/vaccinations/)

# Como obter as vacinas, incluindo as vacinas de atraso

## Quem pode receber vacinas gratuitas através do NHS?

Todas as crianças têm direito às vacinas do NHS, gratuitamente. Fale com o(a) seu(sua) médico(a) de família ou verifique o boletim de vacinas da criança para ver se tem as vacinas em dia.

## A criança precisa de estar registada num(a) médico(a) de família para receber as vacinas de rotina?

Se a criança não estiver registada num(a) médico(a) de família, continua a ter direito à vacinação gratuita. Qualquer pessoa em Inglaterra pode registar-se gratuitamente num centro de saúde. Não necessita de qualquer comprovativo de morada ou estatuto de imigrante, de identificação ou de um número do NHS. Pode encontrar um centro de saúde em:

[www.nhs.uk/service-search/find-a-gp](http://www.nhs.uk/service-search/find-a-gp)

## Onde posso obter mais informações quanto à vacinação das crianças?

Contacte um centro de saúde ou faça uma consulta online em:

[selondonics.org/childrenshealth](http://selondonics.org/childrenshealth)



## Conselhos gerais de saúde quando a criança está doente

As crianças adoecem frequentemente – faz parte do crescimento. No entanto, isto pode ser desgastante para os pais e cuidadores. Normalmente, a doença não é grave e a criança pode ser tratada de forma segura em casa ou com o apoio de um(a) médico(a) de família, farmacêutico(a) ou profissional de saúde. Consulte o website do NHS para obter mais conselhos: [www.nhs.uk/conditions/baby/health](http://www.nhs.uk/conditions/baby/health)

Este folheto está disponível em tamanho grande e em diferentes línguas.

Contacte:

[communications@selondonics.nhs.uk](mailto:communications@selondonics.nhs.uk)

Publicado por South East London Integrated Care Board

Atualizado em novembro de 2025

**NHS**

**South East London**

