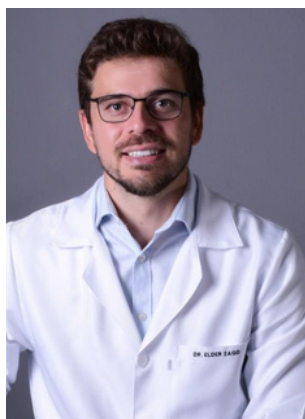




Dr. Élder Zago

Cardiologista Clínico e Intervencionista

Uma vacina pode proteger o seu coração?



Informação confiável para quem quer
cuidar melhor do coração.

Bem-vindo à Carta do Cardiologista



Todos os dias, no consultório, escuto perguntas que se repetem.



Algumas são respondidas em poucos segundos.



Outras merecem uma conversa mais calma.



Foi por isso que nasceu esta Carta.

Uma vez por mês, vou escolher uma dúvida frequente dos pacientes e explicar, em uma linguagem simples, o que a ciência mostra e como isso pode fazer diferença na prática.

Meu objetivo é aproximar a informação científica da vida real.

Para que você e sua família possam tomar decisões mais conscientes sobre a saúde do coração.

Espero que esta leitura seja útil.

Boa leitura!

Dr. Élder Zago

Dr. Élder Zago

Cardiologista Clínico e Intervencionista





Pergunta

— do consultório —



“

Doutor, vacina da gripe realmente faz diferença para quem tem problema no coração? ”



A RESPOSTA

Sim. E a ciência já mostrou isso.



Diversos estudos com milhares de pessoas mostram que a vacina da gripe reduz o risco de eventos cardiovasculares.

**Protege o coração**

Reduz o risco de infarto, AVC e outras complicações.

**Menos inflamação**

A vacina diminui a inflamação causada pela infecção.

**Mais proteção para quem precisa**

O benefício é ainda maior para quem já tem doença do coração.

**Segura e recomendada**

Indicada todos os anos, inclusive para pacientes cardiopatas.



Uma vacina simples pode fazer uma grande diferença para a **sua saúde** e para o **seu coração**.

O QUE A CIÊNCIA MOSTRA

Vacinar-se contra influenza é uma medida de proteção cardiovascular.



O benefício é especialmente relevante em pessoas com doença cardiovascular ou maior risco de complicações.

01

Ajuda a evitar a infecção e suas formas graves.

02

Reduz o gatilho inflamatório que pode desestabilizar placas.

03

Soma-se aos remédios, à atividade física e ao controle dos fatores de risco.

QUEM DEVE TER ATENÇÃO ESPECIAL?

A vacinação é importante para todos, mas ganha ainda mais peso em alguns grupos.

60+**Pessoas com 60 anos ou mais****Quem já tem doença cardiovascular****DM****Pessoas com diabetes****RIM****Quem tem doença renal crônica****PUL****Pessoas com doença pulmonar crônica**

DEPOIS DOS 60, REVEJA SUA CARTEIRA

**Não existe uma única vacina “do idoso”.
Existe um calendário que precisa ser individualizado.**

**INFLUENZA**

Todos os anos.

**PNEUMOCÓCICA**

Conforme idade, histórico e condição clínica.

**HERPES-ZÓSTER**

Em geral, a partir dos 50 anos.

**dT / dTpa**

Reforços periódicos; esquema conforme histórico.



Leve sua carteira de vacinação à próxima consulta. A recomendação deve considerar idade, doenças, tratamentos e vacinas já recebidas.



MITOS E VERDADES

Três dúvidas que escuto com frequência.

**“A vacina pode causar gripe?”**

Não. As vacinas injetáveis não causam influenza.

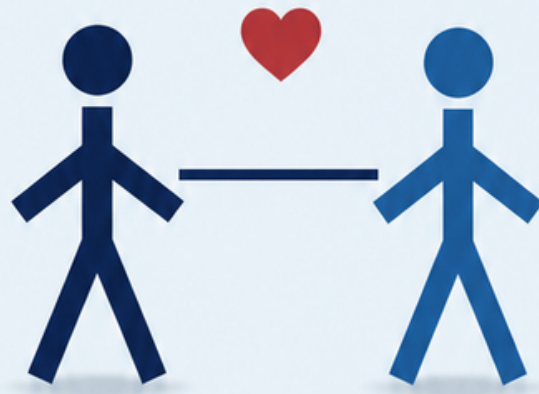
**“Se tomei no ano passado, ainda estou protegido?”**

A proteção precisa ser atualizada a cada temporada.

**“Uso muitos remédios. Melhor evitar?”**

Na maioria dos casos, é justamente quem tem mais doenças que mais se beneficia da prevenção.





PARA LEVAR COM VOCÊ

Grandes eventos cardiovasculares muitas vezes são evitados por pequenas decisões repetidas.

Vacina não substitui remédio, alimentação saudável ou atividade física. Ela soma proteção.

Até a próxima Carta.

Dr. Élder Zago

Cardiologista Clínico e Intervencionista



DR. ÉLDER ZAGO
CARDIOLOGISTA CLÍNICO E INTERVENционISTA
CRM 163971 | RQE 95171

Fontes: diretrizes de vacinação do adulto (CDC)
e recomendações cardiovasculares internacionais.

