

Sarampo Tem vacina! Perguntas & Respostas

O sarampo é uma doença que muita gente acha que ficou no passado, mas que continua sendo uma ameaça real. O sarampo voltou a ser uma preocupação de saúde pública.

1. O que é o sarampo?

O sarampo é uma doença viral aguda, altamente contagiosa, causada por um vírus que ataca principalmente o sistema respiratório. Uma única pessoa doente pode transmitir o vírus para até 18 outras pessoas que não estejam vacinadas. O sarampo é uma das doenças mais contagiosas que existem.

O vírus do sarampo fica no ar. Se uma pessoa contaminada tossir, espirrar ou mesmo falar em um ambiente fechado, o vírus pode permanecer suspenso no ar por até duas horas. Ou seja: você pode se infectar sem ter contato direto com a pessoa doente, só de estar no mesmo ambiente.

2. Como se transmite?

A transmissão começa antes mesmo dos sintomas aparecerem. Uma pessoa pode transmitir o sarampo **6 dias antes** de surgirem as manchas vermelhas pelo corpo, e continua transmitindo até **4 dias depois** do início das manchas. Isso significa que alguém com sarampo pode espalhar o vírus por até dez dias sem saber que está doente. É por isso que o sarampo se espalha tão rápido em escolas, creches, transportes públicos e dentro de casa. Depois do contato com o vírus, os sintomas não aparecem na hora. Existe um período de incubação que varia de 7 a 18 dias, em média 10 dias.

3. Quais são os sintomas?

Os sintomas se parecem com um resfriado forte, duram de 3 a 5 dias: febre, mal-estar, coriza (nariz escorrendo), conjuntivite, tosse e falta de apetite. Muitas pessoas acham que é apenas uma gripe.

Depois desse período inicial, aparecem as manchas vermelhas na pele. Elas começam **atrás das orelhas**. Depois se espalham para o rosto, pescoço, braços, peito, barriga e, por fim, pernas. A febre continua junto com o aparecimento das manchas. A febre e as

manchas vão desaparecendo no 3º dia. Se a febre persistir depois do terceiro dia das manchas, isso pode ser sinal de complicação. É muito importante procurar atendimento médico imediatamente.

As crianças também podem apresentar quadros de diarreia, que agravam o risco de desidratação.

O diagnóstico do sarampo é clínico, ou seja, o médico consegue identificar pelos sintomas, mas deve ser confirmado por exames.

4. Quais são as complicações?

As complicações mais comuns são: **otite média aguda**, inflamação no ouvido que pode levar à perda da audição; **pneumonia bacteriana**; **laringite**, inflamação na garganta que dificulta a respiração e **complicações cardíacas** como miocardite e pericardite, que são inflamações no coração.

Existe também uma complicação rara, mas gravíssima, chamada **panencefalite esclerosante subaguda**. Ela pode aparecer anos depois da pessoa ter sarampo, ataca o sistema nervoso central e é quase sempre fatal.

5. E quem corre mais risco?

Crianças menores de cinco anos, principalmente os bebês com menos de um ano. Adultos jovens também, gestantes e pessoas com imunidade baixa, como portadores de doenças crônicas ou em tratamento para câncer. Nesses grupos, a chance de complicação é muito maior.

Por isso, quando você ouvir alguém dizer que "sarampo é só uma doença de criança", saiba que isso é um mito perigoso. Sarampo pode matar, principalmente quem está mais vulnerável.

6. Qual é o tratamento?

O tratamento é baseado em medicações que amenizam os sintomas, e nos casos de complicações, como a pneumonia, são necessários tratamentos especiais para combater

a infecção. Por isso é importante procurar atendimento médico ao primeiro sinal da doença.

7. Qual a forma de prevenção do sarampo?

A vacinação é a melhor forma de prevenção.

8. Qual é a vacina utilizada contra o sarampo?

Podem ser utilizadas as vacinas:

Tríplice viral – SCR, que protege contra o sarampo, a caxumba e a rubéola, ou

Tetraviral – SCR+V, que protege contra o sarampo, caxumba, rubéola e varicela.

9. Qual a eficácia da vacina contra o sarampo?

A vacina contra o sarampo tem **eficácia de 97%**, ou seja, 97 em cada 100 pessoas vacinadas ficam protegidas.

10. Quem deve tomar a vacina?

- Todas as pessoas de 06 meses a 59 anos de idade

11. Quantas doses da vacina são necessárias?

- Pessoas de 6 meses a 11 meses – 1 dose
- Pessoas de 12 meses a 29 anos – 2 doses
- Pessoas de 30 a 59 anos – 1 dose
- Trabalhadores da saúde, independentemente da idade – 2 doses

Observação: pessoas que já tiveram sarampo também devem se vacinar, porque a vacina tríplice viral protege contra três doenças: sarampo, caxumba e rubéola.

12. Quem tem mais de 59 anos precisa se vacinar?

Somente se teve contato com um caso suspeito de sarampo. Nessa situação, a orientação será dada pelo profissional de saúde.

13. Gestantes podem tomar a vacina?

Não. A vacina tríplice viral é contraindicada para gestantes. Mas mulheres que estão **amamentando** podem tomar a vacina.

14. Depois de tomar a vacina, quanto tempo evitar gravidez?

As mulheres vacinadas devem evitar a gravidez por pelo menos **um mês** após a última dose.

15. Quem tem imunidade baixa pode tomar?

Pessoas com doenças que afetam a imunidade — como alguns tipos de câncer, tratamento quimioterápico, uso de imunossupressores — não devem tomar a vacina sem antes consultar o médico.

16. A vacina dá reação?

Pode dar sim, e é normal. Entre o 4º e o 12º dia após a vacinação, a pessoa pode ter febre, coriza, tosse leve ou até mesmo manchas vermelhas parecidas com as do sarampo. Mas atenção, se isso acontecer a pessoa deve procurar atendimento médico.

17. Há alguma restrição de alimentos ou bebidas após a vacinação?

Não. Não existe restrição de nenhum alimento ou bebida.

18. Quem perdeu ou não tem a carteirinha de vacinação?

Não tem problema, o posto de saúde pode consultar o sistema e verificar se há registro no histórico vacinal. Se não tiver comprovação, a vacina é aplicada.

19. O que fazer quando há contato com uma pessoa com sarampo?

Se você teve contato com uma pessoa com suspeita ou confirmação de sarampo, procure a unidade de saúde e informe a equipe. Em alguns casos, a vacina aplicada em até 72 horas após o contato pode ainda proteger contra o desenvolvimento da doença. Para gestantes, bebês e pessoas imunodeprimidas, existem outras estratégias de proteção.

20. Qual orientação para quem vai viajar para locais com casos de sarampo?

Quem vai viajar para áreas com circulação do vírus, dentro do Brasil ou para outros países, deve estar vacinado contra o sarampo **antes** da viagem.

21. O que fazer em caso de suspeita de sarampo?

No aparecimento de febre alta, tosse, coriza, irritação nos olhos ou manchas vermelhas não espere a doença evoluir. Procure imediatamente uma unidade de saúde.

Enquanto isso, evite contato com outras pessoas, não vá trabalhar, não mande as crianças para a escola, não receba visitas.

Atenção!

O sarampo pode ser fatal. A vacina salva vidas, é gratuita, e está disponível em todas as UBS da cidade para pessoas de 6 meses a 59 anos. Leve seu documento de identificação ou Cartão Nacional de Saúde e a caderneta de vacinação, se tiver. O posto de saúde está perto de você, com equipes prontas para atender.

Para encontrar a UBS mais próxima, use o **Busca Saúde**.

Proteja você, proteja sua família e proteja toda a comunidade, porque saúde também se constrói em conjunto. Vacinar é um gesto de cuidado!