

As vacinas non son só cousa de nenos

A partir dos 60 anos aconséllase vacinarse contra a gripe, o pneumococo e o herpes zóster

A vacinación non ten idade. Pero poucas persoas maiores o saben, xa que non son moitas as que se deciden a seguir as recomendacións neste ámbito. As vacinas son un dos maiores avances terapéuticos ideados para previr enfermidades graves e potencialmente mortais, así como un dos maiores progresos conseguidos en saúde pública. Aínda que poucos proxenitores dubidan en lles poñer aos seus fillos durante os primeiros anos de vida, ao chegar a madurez moitos subestiman as súas vantaxes. De maneira que son poucos os que coñecen a utilidade e os beneficios das vacinas á súa idade e, menos aínda, os que deciden poñelas.

Máis idade, máis risco de infeccións

A idade é un factor de risco engadido no desenvolvemento de infeccións graves que, mesmo, poden ter un desenlace fatal. Ao cumprir anos, prodúcese un envellecemento do sistema inmune, de maneira que este se atopa adormecido e, polo tanto, produce respostas lentas e preguiceiras. Isto é o que orixina que as infeccións sexan moito máis frecuentes e que as súas complicacións asociadas sexan peores.

Por estas razóns, o Grupo de Expertos en Vacinas da Sociedade Española de Xeriatria e Xerontoloxía (SEXX) aconsella, a partir dos 60 anos, a vacinación antigripal, a antipneumocócica e a antitetánica, financiadas en España, e a do herpes zóster, que aínda non está dispoñible de forma gratuíta

e universal. Todas demostraron ser seguras, eficaces e ter unha moi boa relación custo-efectividade.

A antigripal, inmunes aos 14 días

En Europa, falecen cada ano unhas 40.000 persoas como consecuencia da gripe e das súas complicacións e, en España, entre 1400 e 4000. No 90 % dos casos, os falecidos son persoas maiores de 65 anos e, no 85 %, non estaban vacinadas.

Os maiores de 65 anos figuran entre os grupos con maior risco de sufrir complicacións (pneumonías). Por iso, a todas as persoas maiores de 60 anos aconséllaselles que se vacinen cada ano, entre outubro e novembro.

Estímase que a inmunidade se alcanza cara aos catorce días tras a súa administración. As vacinas antigri-

pal utilizadas en España non conteñen virus vivos, e é por iso polo que non provocan a gripe.

A antipneumocócica, a partir dos 60

A enfermidade pneumocócica é unha infección producida pola bacteria *Streptococcus pneumoniae* ou pneumococo, responsable de ata o 50 % das pneumonías. Nas persoas maiores pode ser mortal en moitos casos, a pesar de recibir o tratamento antibiótico adecuado. Ademais, cada vez hai máis resistencias deste microorganismo aos antibióticos, polo que as medidas preventivas, como a vacinación antigripal e antipneumocócica, son cruciais.

Actualmente, hai dúas vacinas antipneumocócicas: a polisacárida, que se utiliza dende hai unha década e que administran todas as autonomías de forma gratuíta e universal; e outra máis recente, a vacina conxugada, que se administra selectivamente en determinados grupos de risco.

A vacinación antipneumocócica protexe case o 70 % dos casos en maiores inmunocompetentes, reduce a hospitalización por pneumonías ata un 25% e, ademais, acurta a estancia media. Recoméndaselles a todos os maiores de 60 anos, sobre todo se viven en institucións pechadas e se teñen enfermidades crónicas. Adminístrase nunha única dose e é posible administrala ao mesmo momento que a vacina da gripe, pero noutra zona do corpo.

O herpes zóster, un recordo da varicela

O herpes zóster é unha enfermidade producida polo virus *Varicela zóster* (VZV) que produce a varicela en idade infantil. Tras curarse, o virus queda localizado nos ganglios nerviosos sensoriais, ata que unha baixada das defensas o reactiva e conduce ao desenvolvemento do herpes zóster. A maioría dos maiores de 40 anos que o presentan son susceptibles de que se reactive.

O zóster resólvese, de forma benigna, en dúas ou catro semanas, en persoas co sistema inmunolóxico competente. Pero nas persoas maiores ou nas inmunodeprimidas (que reciben tratamentos por cancro, que están transplantados ou que sofren unha enfermidade autoinmune) pode provocar complicacións como a neuralxia postherpética (unha dor que persiste máis dun mes), infeccións cutáneas, conxuntivite, ulceracións na córnea, glaucoma, xordeira, hepatite e, en casos extremos, a morte.

En EEUU, no Reino Unido e en Suecia hai unha vacina autorizada dende 2006 para as persoas maiores para previr o herpes zóster. No noso país, aínda non está dispoñible, pero estímase que o estea no primeiro trimestre do 2014. Outro aspecto será a gratuidade para esta vacina, cun custo que oscila entre 120-170 €, e non se descarta que o receptor deba realizar un copagamento.

www.consumer.es



CONSELLOS SOBRE VACINACIÓN EN PERSOAS MAIORES:

- Pospoñer a vacinación antigripal e antipneumocócica mentres se estea pasando unha enfermidade aguda, moderada ou severa.
- As persoas con antecedentes de síndrome de Guillain-Barré deben vixiarse durante as seis semanas posteriores á administración dunha dose da vacina antigripal.
- Non vacinarse se hai antecedentes de reaccións anafilácticas ás vacinas citadas ou a calquera dos seus compoñentes (como a proteína do ovo na vacina antigripal).
- A vacina antipneumocócica debe administrarse ante un diagnóstico de VIH o máis precozmente posible, dúas semanas antes de iniciar un tratamento inmunosupresor ou antes dunha extirpación programada do bazo.
- Non vacinarse fronte ao pneumococo ata tres meses despois de finalizar un tratamento de quimioterapia ou radioterapia por cancro.

Fonte: Primitivo Ramos, especialista en xeriatria, experto universitario en vacinas, secretario e membro do Grupo de Expertos en Vacinas da Sociedade Española de Xeriatria e Xerontoloxía (SEXX)

