



CUIDADOS NA HORA DE VIAJAR COM O SEU BEBÊ

Marta Moura, enfermeira e Responsável Técnica de Vacinas do Laboratório Lustosa

Tirar férias com as crianças sempre requer um planejamento e cuidados extras. Ainda mais quando os filhos são pequenos ou recém-nascidos. Nessa hora, fica sempre a dúvida: quando eles estão fortes e imunizados o suficiente para dar um passeio mais longo?

O bebê, ao nascer, tem a memória imunológica virgem e anticorpos de proteção no organismo passados de mãe para filho, com durabilidade curta. Ele começa a formar sua memória imunológica ao ser exposto ao agente causador da doença por contato direto com uma pessoa doente ou através das vacinas. Sendo assim, a idade ideal para viajar é quando esse bebê estiver com o máximo de proteção possível, sendo levado em consideração o local da viagem, epidemiologia, riscos e benefícios que devem ser avaliados junto ao pediatra.

É sempre importante, portanto, estar atento às vacinas disponíveis de acordo com a idade e o país de destino. Como os bebês ainda estão em processo de maturação da memória imunológica, as vacinas básicas não podem ser desconsideradas. Para os menores de um ano, é fundamental ter já ministrado a Hexavalente ou Pentavalente – que protegem contra difteria, tétano, coqueluche, hepatite B, haemophilus e Poliomielite –, além das vacinas contra pneumonia, rotavírus, meningite C e conjugadas ACWY, influenza e febre amarela.

Existem também vacinas específicas que devem ser ministradas de acordo com o destino escolhido. Por isso é de suma importância um planejamento entre um ou dois meses antes da viagem, junto ao pediatra. Para países de baixas condições sanitárias, devem ser consideradas as vacinas contra hepatite A, tríplice viral ou tetra viral, que protegem contra sarampo, caxumba, rubéola e varicela, liberadas a partir de um ano de idade; e de febre tifoide, liberada a partir de dois anos de idade. Essas doenças são de fácil transmissão por contato ou tosse e espirro (sarampo, caxumba, rubéola e varicela) ou por alimentos, água e talheres contaminados (hepatite A, febre tifoide).

Para países na região da África do Sul, resalto a importância das meningites: C, B ou conjugadas ACWY. Cada região tem a predominância de um tipo e estão liberadas a partir dos dois meses de idade. E para as crianças a partir de nove meses, a vacina de febre amarela é a única vacina que pode ser exigida internacionalmente, sendo importante consultar a lista dos países que a exigem no site da ANVISA, bem como os postos para emissão do CIVP (Certificado Internacional de Vacinação e Profilaxia).

As principais diferenças do calendário vacinal baseiam-se em estudos epidemiológicos e condição social. O Brasil tem hoje um calendário amplo seja público ou privado, abrangendo uma vasta proteção de doenças infecto contagiosas. Existem algumas restrições de acordo com a idade e também em casos em que a criança esteja em uso de algum medicamento ou em tratamento de alguma doença que cause imunossupressão. Nessas situações, convém consultar o pediatra sobre risco e benefício de receber algumas vacinas.

Atualmente, porém, estamos vivenciando um surto de sarampo tanto no Brasil e em outros países da América Latina e Europa. Com a facilidade de transporte aéreo e conexões, não se pode focar apenas em países em surto, mas na prevenção da doença por meio da vacinação.

Outros cuidados que devem ser tomados para proteção da saúde dos pequenos estão relacionados à picada de insetos, ao consumo de água e à alimentação. Ao viajar para áreas rurais ou de matas, é preciso observar a ocorrência de doenças como malária, febre amarela, leishmaniose, dengue (risco também nos grandes centros urbanos), dentre outras transmitidas por mosquitos. O consumo de água mineral engarrafada ou bebidas industrializadas também é uma dica importante. Não use gelo de procedência duvidosa (na forma de escama ou acondicionados em isopor de vendedores ambulantes, por exemplo).

As mãos também estão entre os principais veículos de vírus e bactérias. O “padrão ouro” de higienização das mãos é lavá-las com água e sabão. Mas quando isso não é possível, você pode usar álcool gel 70%, friccionando por 20 a 30 segundos. Se elas estiverem visivelmente sujas, faça a lavagem completa com água e sabão, pois o álcool gel não vai resolver. Se não tiver certeza das condições adequadas de higiene, evite oferecer a criança saladas, vegetais crus e ingerir sucos de frutas, leite e derivados não pasteurizados.