

La grip.

Arriba la tardor i amb ella la campanya de vacunació contra la grip.

La grip és una malaltia produïda per un virus que habitualment té major incidència durant l'hivern. És per això que la vacunació preventiva s'inicia el mes d'octubre.

Tot i que aquesta malaltia afecta més a nens i adolescents, quan la pateixen els ancians els efectes sobre la seva salut són més greus, ja que són un grup de la població que habitualment presenten patologies cròniques associades. L'objectiu fonamental de la vacunació és evitar les complicacions de la grip en les persones amb patologies de base que es tradueixen en descompensacions, ingressos hospitalaris i morts. I també l'absentisme laboral.

La vacuna és molt segura i generalment ben tolerada. És a dir que el virus es troba inactiu i per tant difícilment pot generar infecció en la persona. Les molèsties més habituals són de tipus local en el punt d'injecció (dolor, escalfor i envermelliment) que solen durar dos dies. Eventualment poden aparèixer febre i dolors musculars.

Què cal tenir en compte:

- La vacuna contra la grip prevé la malaltia causada pel virus de la grip i té impacte en la reducció de l'hospitalització i la mortalitat a les persones amb més risc de malaltia greu. Conseqüentment també redueix la càrrega assistencial sobre el sistema de salut.
- En el context de la pandèmia de la COVID-19 encara, és més important augmentar les cobertures de vacunació contra la grip a les persones en què la vacunació està recomanada.
- **No hi ha evidència científica que indiqui un major risc d'infectar-se pel coronavirus SARS-CoV-2 o de patir la COVID-19 de més gravetat per haver rebut una vacuna contra la grip.** De fet, diversos estudis apunten que la vacunació contra la grip podria associar-se amb menor gravetat i menor mortalitat per la COVID-19.

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/vacunaciones/docs/COVID-19_Vacunaciongripe.pdf

QUI S'HA DE VACUNAR ?

1. Persones d'edat igual o superior a 60 anys. Cal fer un èmfasi especial en aquelles persones que conviuen en institucions tancades.

2. Persones de menys de 60 anys que presenten un alt risc de complicacions derivades de la grip:

Infants (a partir dels 6 mesos) i adults amb:

- Malalties cròniques cardiovasculars (inclosa la hipertensió).
- Malalties cròniques neurològiques o respiratòries (incloses l'asma, la displàsia broncopulmonar i la fibrosi quística).
- Diabetis Mellitus
- Obesitat mòrbida (índex de massa corporal ≥ 40 en adults, ≥ 35 en adolescents o ≥ 3 DE en la infància).
- Malaltia renal crònica i síndrome nefròtica
- Hemoglobinopaties i anèmies
- Hemofília, altres trastorns de la coagulació i trastorns hemorràgics crònics, i també receptors d'hemoderivats i transfusions múltiples
- Asplènia o disfunció esplènica greu
- Malaltia hepàtica crònica, inclòs l'alcoholisme crònic
- Malalties neuromusculars greus
- Immunosupressió (incloses les immunodeficiències primàries i l'originada per la infecció pel VIH, per fàrmacs –inclòs el tractament amb eculizumab– o en els receptors de trasplantaments i dèficits del complement)
- Càncer i hemopaties malignes
- Implant coclear o en espera de l'implant
- Fístula de líquid cefaloraquidi
- Malaltia celíaca

- Malaltia inflammatòria crònica
- Trastorns i malalties que comporten disfunció cognitiva: síndrome de Down, demències i altres.
- Infants i adolescents, de 6 mesos a 18 anys, que reben tractament prolongat amb àcid acetilsalicílic, per la possibilitat de desenvolupar una síndrome de Reye després de la grip.
- Persones de qualsevol edat (≥ 6 mesos) institucionalitzades de manera perllongada.
- Dones embarassades en qualsevol trimestre de gestació i dones durant el puerperi (fins als 6 mesos després del part i que no s'hagin vacunat durant l'embaràs).
- Menors entre els 6 mesos i els 2 anys d'edat amb antecedents de prematuritat menor de 32 setmanes de gestació.

3. Persones que poden transmetre la grip a les que tenen un risc alt de presentar complicacions:

- Personal dels centres, serveis i establiments sanitaris tant d'atenció primària com especialitzada i hospitalària, pública i privada, així com el personal d'oficines de farmàcia. Es farà èmfasi especial en el personal que té contacte mantingut amb pacients d'alguns dels grups d'alt risc descrits anteriorment.
- Persones que treballen en institucions geriàtriques o en centres d'atenció a malalts crònics, especialment les que tinguin contacte continu amb persones vulnerables.
- Estudiants en pràctiques en centres sanitaris.
- Persones que proporcionin cures domiciliàries a pacients d'alt risc o a gent gran (definites en els apartats 1 i 2).
- Persones que conviuen a la llar, inclosos els infants a partir dels 6 mesos d'edat, amb d'altres que pertanyen a alguns dels grups d'alt risc, per la seva condició clínica especial (esmentades al punt 2)

4. Altres grups als quals es recomana la vacunació:

- Persones que treballen en serveis públics essencials, especialment en els subgrups següents:
 - Forces i cossos de seguretat de l'Estat i policia autonòmica o local
 - Bombers

- Docents
 - Serveis de protecció civil
 - Persones que treballen en els serveis d'emergències sanitàries
 - Treballadors d'institucions penitenciàries i d'altres centres d'internament per resolució judicial (inclosos els centres d'acolliment d'immigrants)
- Persones amb exposició laboral directa a aus domèstiques o porcs, en granges o explotacions avícoles o porcines, i també a aus salvatges. La finalitat és reduir l'oportunitat de coinfecció de virus humà i aviari o porcí, i disminuir la possibilitat de recombinació genètica de tots dos virus.

ON EM PUC VACUNAR?

- Als **espais comunitaris** habilitats per fer les vacunacions fóra de centres sanitaris: Aquest any els professionals sanitaris ens apropem a la comunitat i portem les vacunacions fóra dels centres sanitaris per tal de reduir el risc de contagi per la COVID-19.
 - Cassa de la Selva: Casal dels Jubilats c/Baixada de la Coma,8
 - Llagostera: Carpa a darrera del CAP
 - Caldes de Malavella: Ajuntament, sala «Cal Ferrer de la plaça». Plaça de l'U d'octubre de 2017 S/N
 - Quart: Biblioteca Miquel Pairoli, C/Tren,49 (Matins). Ajuntament, sala de plens, C/Escoles,2 (Tardes)
 - Riudellots: Sala Polivalent. Pl.de l'Ajuntament,1
 - Llambilles: Consultori Local
 - Campllong: Consultori Local
- Al **CAP de referència** aprofitant alguna de les visites presencials ja programades.

COM DEMANAR CITA PER VACUNAR-SE?

És molt important que sol·liciteu **cita prèvia** per tal d'evitar aglomeracions. Disposeu de diferents opcions:

- Sol·licitar cita per internet a través de www.ics.gencat.cat -**programació de visites**. Clicar la pestanya on posa “*Clica aquí per demanar cita si vols vacunar-te contra la grip*”. Introduir el CIP de la persona que es vol vacunar. Triar el lloc de la vacunació, data i hora.
- Envia un missatge a través de www.ics.gencat.cat – **programació de visites**. Cal posar el CIP de l’usuari que es vol vacunar i a la part de text posar que es vol cita per vacuna de la grip. D’aquesta manera, el personal del CAP us telefonarà per citar-vos.
- Truca directament al teu centre de Salut.

Equip Sanitari ABS-Cassa de la Selva