



Data: 07.05.2021

Título: INFETADOS SÃO OS QUE TÊM MAIS RESISTÊNCIA A NOVAS VARIANTES

Pub: 



Tipo: Jornal Nacional Semanal

Secção: Destaque

Pág: 1;16

INFETADOS SÃO OS QUE TÊM MAIS RESISTÊNCIA A NOVAS VARIANTES P16

Área: 996cm² / 38%

Tiragem: 123.400

FOTO

Cores: 4 Cores

ID: 7127139

PANDEMIA

Quem teve covid está mais protegido

Infeção produz uma resposta imunitária mais ampla do que as vacinas, incluindo **contra as novas variantes**

Textos **VERA LÚCIA
ARREIGOSO**
 Infografia **SOFIA
MIGUEL ROSA**

Se o novo coronavírus não provocasse doença grave ou mortal, seria mais eficaz ser infetado do que vacinado. A informação científica mais recente sobre o SARS-CoV-2 mostra que a infeção natural é mais protetora, inclusive contra as novas variantes virais. O ‘escudo’ é ativado logo no muco nasal, criando uma dificuldade extra à entrada do vírus.

“A infeção natural expõe-nos a todas as proteínas do vírus, e não apenas a uma como a vacina, levando a que a resposta do sistema imunitário seja mais abrangente. Mesmo quem tem um nível baixo de anticorpos, estará protegido por linfócitos T, uma proteção celular, e perante essa resposta dirigida a mais proteínas virais as novas variantes têm mais dificuldade em entrar no organismo”, explica o imunologista Luís Graça, da Comissão Técnica de Vacinação contra a Covid da Direção-Geral da Saúde (DGS).

Ter a doença, mesmo sem qualquer sintoma, tem também outra vantagem. “A entrada do vírus pela via respiratória — e não intramuscular como é a inoculação — leva à produção de anticorpos *IgG* mas também *IgA*, que saem para o muco e que podem ter maior impacto contra a infeção (com início sobretudo pelo nariz). Daí alguns laboratórios, incluindo em Portugal, estarem a tentar produzir uma vacina inalável”,

explica o especialista.

Mas, ainda assim, na comparação entre a infeção e a vacinação, as inoculações conseguem ganhar noutro patamar, além, claro, da eliminação do risco de ter covid grave ou mortal: o efeito da vacina no organismo é mais previsível, por isso controlado. “A infeção tem uma enorme heterogeneidade da resposta imunitária em função da idade, das comorbilidades ou dos sintomas. Há doentes graves com poucos anticorpos, jovens com infeções ligeiras e muitos anticorpos, etc. Em contraste, com a vacina consegue-se uma resposta homogénea e robusta mesmo em faixas etárias mais avançadas”, afirma Henrique Veiga-Fernandes, codiretor da Champalimaud Research. “Justifica-se a vacinação de recuperados porque está demonstrada a homogeneidade e robustez da resposta imunitária, que se perspetiva mais consistente.”

Portanto, administrar vacinas prolonga a proteção a quem esteve infetado e é, até prova em contrário, a grande vantagem aparente nestes casos, o que leva os peritos a recomendarem essa vacinação. “Ao certo, não sabemos quanto dura a imunidade conferida pela infeção natural. Serão nove meses pelos estudos mais recentes mas sabemos, da imunologia básica, que vai caindo ao longo do tempo. A vacinação vai robustecer essa imunidade, será um *boost*”, afirma o bioquímico e investigador do Instituto de Medicina Molecular dedicado às vacinas, Miguel Prudêncio.

Em Portugal, a inoculação de quem já teve covid está prevista volvidos seis meses da infeção e com uma dose. A diretora-geral da Saúde, Graça Freitas, tem repetido que “a imunidade natural é melhor do que a adquirida, pela vacina”, contudo serão libertadas doses para os portugueses recuperados a partir do final do mês. Para já, serão 600 mil os beneficiários. “Seguramente que quem teve covid, ao fim de seis meses tem imunidade, mas não se perde nada em fazê-lo, desde que a população suscetível esteja protegida e seja seguido o mesmo critério, começando pelos mais vulneráveis”, sublinha o bioquímico Miguel Prudêncio.

O plano traçado prevê assim que os portugueses que tiveram covid comecem a ser inoculados, por idade e patologias de risco, a partir do fim de maio, quando toda a população com 60 e mais anos, de maior risco, estiver protegida. Os peritos garantem que todas as vacinas no mercado nacional, de três laboratórios, têm o mesmo tempo de ‘ativação’ das defesas imunitárias. “De grosso modo, os anticorpos começam a ser produzidos ao fim de sete dias e vão aumentando ao longo das duas a três semanas seguintes à primeira dose e uma semana após a segunda toma. No caso da Johnson & Johnson, com uma dose, a proteção surge entre sete a 14 dias”, descreve Miguel Prudêncio.



Data: 07.05.2021

Titulo: INFETADOS SÃO OS QUE TÊM MAIS RESISTÊNCIA A NOVAS VARIANTES

Pub: **Expresso**



Tipo: Jornal Nacional Semanal

Secção: Destaque

Pág: 1;16

É SEGURO RELAXAR?

O Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças (ECDC) elaborou cenários, prevendo o alívio do distanciamento físico e do uso de máscara tendo em conta o risco de desenvolver ou transmitir doença grave nas pessoas com a vacina completa contra a covid-19

● COM A VACINA COMPLETA

● COM A VACINA INCOMPLETA OU SEM VACINA



JOVENS E ADULTOS SAUDÁVEIS



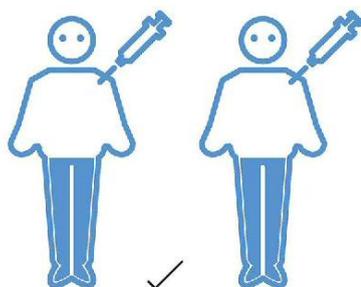
ADULTOS COM MAIS IDADE E/OU COM PATOLOGIAS

CENÁRIO 1

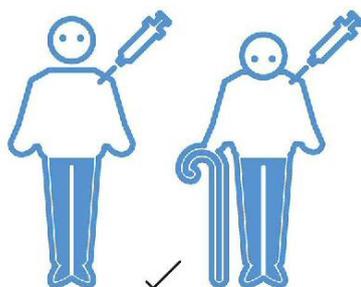
ENCONTRO ENTRE PESSOAS VACINADAS

SIM

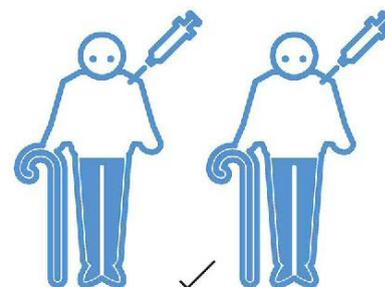
Nos casos considerados é seguro aliviar as medidas de proteção caso não existam sintomas da doença em nenhum dos indivíduos



RISCO MUITO BAIXO



RISCO BAIXO



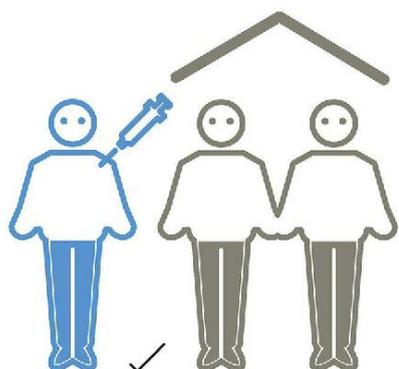
RISCO BAIXO

CENÁRIO 2

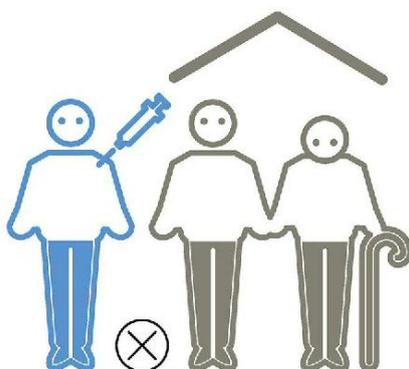
ENCONTRO ENTRE PESSOAS VACINADAS E UMA OU MAIS PESSOAS NÃO VACINADAS

DEPENDE

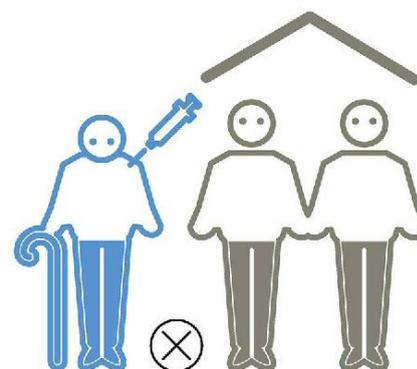
As medidas de proteção devem ser mantidas no caso de o encontro envolver idosos e/ou pessoas com patologias ou se no agregado dos envolvidos existirem idosos e/ou pessoas com patologias de risco



RISCO BAIXO



RISCO BAIXO A MODERADO



RISCO BAIXO A MODERADO



FONTE: CENTRO EUROPEU DE PREVENÇÃO E CONTROLO DAS DOENÇAS (ECDC)

Área: 996cm² / 38%

Tiragem: 123.400

FOTO

Cores: 4 Cores

ID: 7127139

Recuperados têm mais reações

Os efeitos adversos tendem a ocorrer um a três dias após a inoculação. Para os casos ligeiros e comuns a qualquer vacina — dores musculares (mialgias), febre ou inchaço no local da injeção, por exemplo — “não há grande diferença”, diz Henrique Veiga-Fernandes. Há uma exceção: a reação entre quem teve covid. O investigador cita um estudo publicado há dias na revista “Lancet” para explicar que “os efeitos secundários foram mais relevantes entre quem tinha tido a infeção”. Parece mau, mas é precisamente o contrário. “Ter mais sintomas, febre ou mialgias, revela uma resposta imunitária mais forte.”

Com mais vacinados, a comunidade científica prepara agora novas regras para deixar de lado as medidas de proteção, desde logo a máscara e o distanciamento físico. O Centro Europeu de Prevenção e

Controlo das Doenças (ECDC) já publicou orientações e o primeiro-ministro, António Costa, já pediu aos peritos para prepararem o modelo a seguir assim que toda a população de risco, a partir dos 60 anos, estiver imune. Ao Expresso, os investigadores confirmaram o pedido do Governo: estão a trabalhar no regresso à normalidade

Cientistas recomendam alívio da máscara e do distanciamento entre vacinados. Portugal vai mudar regras no fim do mês

possível a partir do fim do mês.

As orientações a seguir vão ter em conta as avaliações das entidades internacionais. As recomendações do ECDC [ver infografia] estão na linha da frente e as primeiras alterações dizem que o contacto en-

tre pessoas de todas as idades e totalmente vacinadas dispensa a distância de segurança e a máscara. O mesmo aplica-se na interação entre jovens ou adultos de meia idade, vacinados com não vacinados, sem fatores de risco para covid grave, como a idade, obesidade, doenças crónicas, entre outros.

Por cá, as regras já começaram a mudar. Nos lares, por exemplo, são já permitidas visitas e foi dispensada a quarentena no regresso de fins de semana com familiares. Também nos hospitais houve alterações: os médicos vacinados que contactem com alguém positivo deixam de ter de ficar em casa para quarentena.

O ECDC diz, no entanto, que até à massificação das inoculações nada pode ainda mudar nos espaços públicos ou em grandes aglomerados. Máscara, distanciamento físico e higienização das mãos são obrigatórios.

varreigoso@expresso.imprensa.pt

