Não dê match COM O SARAMPO!

Vacinação em dia é proteção de verdade.

Conheça os sintomas, saiba como prevenir
e confira a sua caderneta de vacinação.

Unimed
Campo Mourão

O sarampo ainda merece atenção

O sarampo é uma doença viral altamente contagiosa, transmitida pelo ar por meio de tosse, espirro, fala e respiração de pessoas infectadas.

Antes da vacinação, grandes epidemias de sarampo aconteciam regularmente. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), antes de 1963, quando a vacina começou a ser utilizada, o sarampo causava cerca de 2,6 milhões de mortes por ano no mundo.

A vacinação mudou esse cenário, mas a circulação do vírus ainda representa um risco quando a cobertura vacinal diminui.

Por isso, a Unimed Campo Mourão preparou este e-book com as principais informações sobre a doença e como previni-la. **Boa leitura!**

Fontes: Organização Mundial da Saúde (OMS) e Ministério da Saúde.

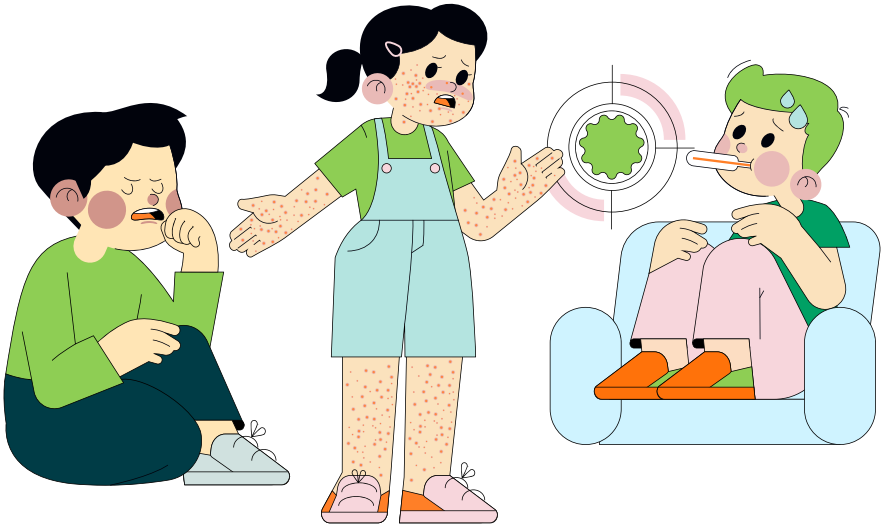
Como reconhecer a doença?

Fique atento aos principais sinais e sintomas:

- **Febre alta**
- **Tosse**
- **Coriza**
- **Olhos avermelhados**
- **Manchas vermelhas na pele** (Geralmente começam no rosto e podem se espalhar pelo corpo.)

Os sintomas costumam surgir entre 7 e 14 dias após o contato com o vírus.

ATENÇÃO
Febre alta + manchas vermelhas + sintomas respiratórios podem indicar sarampo. Na presença desses sinais, procure um serviço de saúde e evite contato próximo com outras pessoas.



Unimed Campo Mourão

Por que prevenir?

Sarampo não é apenas uma doença da infância.

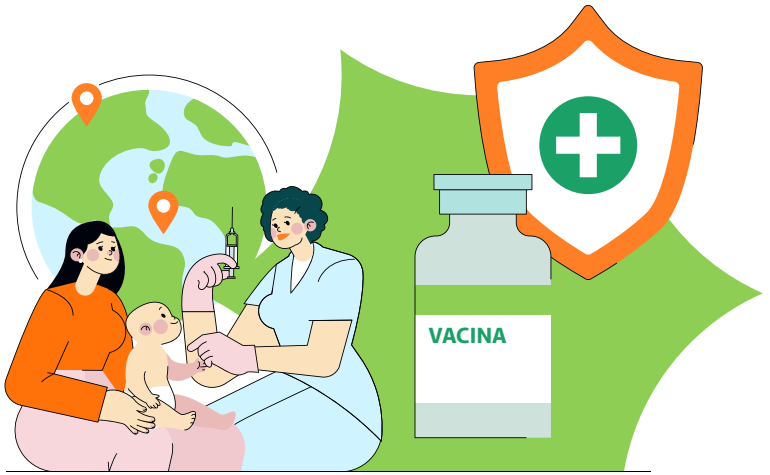
O sarampo pode afetar crianças, adolescentes e adultos que não possuem proteção adequada.

Em alguns casos, pode causar complicações como:

- **Pneumonia**
- **Otite**
- **Encefalite**
- **Complicações respiratórias**
- **Outras condições graves**

PRINCIPAL FORMA DE PREVENÇÃO

A vacinação é a principal forma de prevenção contra o sarampo e está disponível gratuitamente pelo Sistema Único de Saúde (SUS), conforme as recomendações do Programa Nacional de Imunizações.



Vacinação

Sua proteção começa com a caderneta em dia!

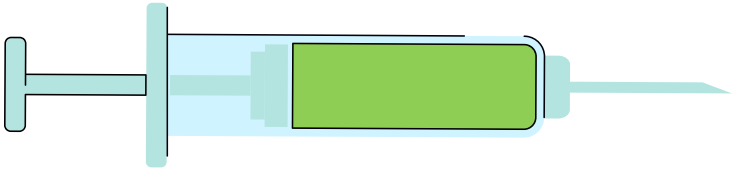
A vacina utilizada na prevenção do sarampo é a **tríplice viral**, que também protege contra **caxumba e rubéola.**

CRIANÇAS:
A vacinação de rotina começa aos 12 meses, com a segunda dose prevista aos 15 meses, conforme o calendário vigente.

ADOLESCENTES E ADULTOS:
Quem não possui comprovação de vacinação deve procurar uma unidade de saúde para verificar e atualizar o esquema conforme a idade e as recomendações do Ministério da Saúde.

TRABALHADORES DA SAÚDE:
Possuem recomendação específica de vacinação e devem manter o esquema indicado para sua categoria.

HORA DE CONFERIR!
Não sabe se tomou? Leve sua caderneta à unidade de saúde.
A equipe poderá verificar sua situação vacinal e orientar sobre as doses necessárias.



Unimed Campo Mourão

Mitos e verdades

“Sarampo só acontece em crianças.”

MITO. Adolescentes e adultos não imunizados também podem adoecer.

“Se não lembro se fui vacinado, não preciso fazer nada.”

MITO. Procure uma unidade de saúde para verificar sua situação vacinal.

“A vacinação ajuda a reduzir a circulação do vírus.”

VERDADE. A vacinação contribui para reduzir a circulação do vírus na comunidade.

“Quem vai viajar também deve conferir a vacinação.”

VERDADE. Verificar a situação vacinal antes da viagem é uma importante medida de prevenção.

ANTES DE VIAJAR

Confira sua caderneta e verifique se a vacinação está adequada. Em caso de dúvida, procure um serviço de saúde com antecedência.

Checklist da prevenção

Que tal conferir como está a sua proteção?

- [ ] Minha caderneta de vacinação está atualizada.
- [ ] Sei se recebi as doses da vacina contra o sarampo.
- [ ] Conferi a vacinação das crianças da minha família.
- [ ] Sei reconhecer os principais sintomas do sarampo.
- [ ] Sei onde procurar atendimento em caso de suspeita.
- [ ] Antes de viajar, verifico se minha vacinação está em dia.
- [ ] Em caso de dúvida, procuro uma unidade de saúde.

E AÍ? QUANTAS VOCÊ MARCOU?

Gabaritou o checklist? Você já deu um passo importante para manter a proteção em dia.

Ainda faltam algumas? Converse com um profissional de saúde e verifique o que precisa ser atualizado.

Teste rápido

Você sabe mesmo como se proteger do sarampo?
Marque a alternativa correta.

1. Quem pode desenvolver sarampo?

- [ ] Apenas crianças
- [ ] Crianças, adolescentes e adultos sem proteção adequada
- [ ] Apenas idosos

2. O que fazer se você não sabe se tomou a vacina?

- [ ] Ignorar a dúvida
- [ ] Procurar uma unidade de saúde para verificar a situação vacinal
- [ ] Tomar qualquer vacina por conta própria

3. A vacinação contra o sarampo:

- [ ] É uma das principais formas de prevenção
- [ ] Serve apenas para quem já teve a doença
- [ ] Não é necessária para adultos

GABARITO
1. Crianças, adolescentes e adultos sem proteção adequada.
2. Procurar uma unidade de saúde para verificar a situação vacinal.
3. É uma das principais formas de prevenção.

Unimed Campo Mourão

ANS – nº 306100

O sarampo

É ALTAMENTE CONTAGIOSO

MAS PODE SER PREVENIDO.

Mantenha sua vacinação em dia. Cuide da sua família.
Ajude a proteger sua comunidade.

INFORMAÇÃO TAMBÉM É CUIDADO
Para informações sobre vacinação, procure uma unidade de saúde (da rede pública ou privada) ou consulte os canais oficiais do Ministério da Saúde.

unimed.coop.br/campomourao

0800 041 4554 | 0800 642 2009 (deficientes auditivos)

@unimedcampomourao

/UnimedCampoMourao

Informações atualizadas em setembro de 2026.

Unimed
Campo Mourão