



295540910

clipraibalcao@gmail.com



20
Maio
2026

CLÍNICA MÉDICA DA PRAIA DA VITÓRIA



www.clinicamedicapraiaavoria.pt



Rua do Hospital, 12 - 9760-475 Praia da Vitória - Terceira - Açores

Especialistas alertam A gripe está subdiagnosticada e pressiona o SNS

No âmbito do 7.º FLU Summit, o pneumologista Filipe Froes alertou para o grave subdiagnóstico da gripe e para o peso que a doença exerce no Serviço Nacional de Saúde (SNS). A introdução da vacina de dose elevada, uma vacina com dosagem de antígenos ajustada a pessoas mais idosas e com comorbilidades, surge como uma solução sustentável para reduzir a mortalidade e a pressão hospitalar, num país onde o vírus causa, em média, 2.500 óbitos por ano.



(Pág. 2)

Doenças respiratórias Programa Nacional Desafios e Estratégias



Em 2023, à semelhança da Europa, as doenças respiratórias continuaram a ser a terceira principal causa de morte em Portugal, representando 11% de todos os óbitos. Embora o número de mortes por causas respiratórias tenha sido maior do que em 2022, a tendência desde 2017 é positiva, com redução das taxas de mortalidade.

(Pág. 3)

GRIFE: Imunização otimizada pode evitar mais de quatro mil internamentos anuais em Portugal

O 7.º FLU Summit, organizado pela Sanofi com o Jornal Expresso como media partner, contou com a intervenção de especialistas de renome, entre os quais Filipe Froes, pneumologista no Hospital Pulido Valente (ULS Santa Maria), que apresentou a palestra “Evolução do Burden e Impacto no Sistema de Saúde”.

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde citados pelo especialista, o vírus Influenza infeta anualmente cerca de mil milhões de pessoas em todo o mundo, com uma taxa de ataque de 12,5%. “Destes mil milhões de casos, sabemos que vão ocorrer cerca de 3 a 5 milhões de casos graves e até 650 mil mortes todos os anos”, afirmou Filipe Froes.

Em Portugal, a taxa de letalidade situa-se entre 0,1% e 0,25%, o que, dada a elevada taxa de contágio, resulta num número absoluto de óbitos muito expressivo. O peso da gripe em Portugal: o estudo BARI Filipe Froes destacou os resultados do estudo BARI (Burden of Acute Respiratory Infections), que avaliou o impacto da doença em Portugal entre 2008 e 2018. A conclusão é preocupante: existe uma desvalorização total da gripe que conduz ao subdiagnóstico, apesar de os números revelarem que, em média, no país ocorrem 2.000 a 2.500 óbitos anuais associados à gripe.

Cuidados Intensivos: 80% dos doentes graves não estavam vacinados

Dados da Rede Nacional de Vigilância da Gripe em Cuidados Intensivos, da qual Filipe Froes foi cofundador, mostram que na época 2025-2026 o impacto continuou elevado. Na amostra de uma semana de atividade das unidades de Cui-

dados Intensivos que colaboram com a rede, registaram-se 171 admissões por gripe. Neste período, a gripe chegou a representar 17,4% do total de admissões por todas as causas, o que evidencia bem o impacto que pode ter uma doença que, pela sua própria frequência, acaba por ser menosprezada. Mais revelador é o estado vacinal destes doentes graves: dos 171 admitidos, 158 tinham indicação formal para vacinação, mas a taxa de cobertura vacinal entre estes foi de apenas 20%. Ou seja, 80% das pessoas que chegaram com gripe aos Cuidados Intensivos não estavam vacinadas. **A evidência da vacina de dose elevada contra a gripe**

Perante esta realidade, a ciência propõe estratégias inovadoras. Na sua comunicação, Filipe Froes destacou as conclusões do estudo FLU-NITY-HD, uma análise conjunta dos estudos GALFLU e DANFLU-2, decorridos, respetivamente, na região da Galiza e na Dinamarca e que envolveu quase meio milhão de pessoas, comparando a vacina de dose elevada contra a gripe com a vacina de dose padrão (à base de ovo, sem adjuvante) em populações com 65 ou mais anos. Os resultados mostram que quase um terço dos internamentos por gripe confirmada laboratorialmente e quase 9% dos internamentos por pneumonia ou gripe foram evitados com a utilização da vacina de dose elevada contra a gripe. “Bastava substituir a vacina de dose padrão pela vacina de dose elevada contra a gripe em 515 pessoas para prevenir um internamento por qualquer causa”, sublinhou o especialista.

Leia o artigo completo aqui:

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12608964/>



CLÍNICA MÉDICA DA PRAIA DA VITÓRIA

As vacinas contra a gripe e contra a COVID-19 têm o objetivo de reduzir o risco de doença grave, hospitalização e morte por infeção.

Aconselhamos a vacinação nas estações em que estas infeções são mais comuns, conferindo deste modo um reforço da proteção.



Doenças Respiratórias

Em 2023, à semelhança da Europa, as doenças respiratórias continuaram a ser a terceira principal causa de morte em Portugal, representando 11% de todos os óbitos. Embora o número de mortes por causas respiratórias tenha sido maior do que em 2022, a tendência desde 2017 é positiva, com redução das taxas de mortalidade. A exceção são as mortes por asma em mulheres com mais de 75 anos, que têm aumentado. A pneumonia mantém-se como a principal causa de morte por doença res-

piratória. O internamento por doenças respiratórias tem apresentado uma redução sustentada, com exceção dos internamentos por fibrose pulmonar. Portugal regista uma das taxas mais baixas da Europa em internamentos por asma e Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC), refletindo a elevada qualidade do acompanhamento destes doentes nos Cuidados de Saúde Primários (CSP). A diminuição dos internamentos respiratórios permitiu reduzir significativamente os custos hospitalares.



DGS desde 1899
Direção-Geral da Saúde

Roteiro de Ação para 2026

O Plano de Ação do PNDR para o ano de 2026 estrutura-se em torno de quatro objetivos estratégicos prioritários:

1. Monitorização de indicadores de saúde na área das doenças respiratórias
2. Reforço da capacidade e da equidade no diagnóstico e tratamento precoces
3. Reforço da capacidade e da equidade no acesso a programas de reabilitação respiratória
4. Promoção do conhecimento e da literacia em saúde na área respiratória

Desenvolvimento de uma proposta de conteúdos educacionais sobre temas transversais à gestão do doente respiratório crónico, dirigida a profissionais de saúde e à população;

Utilização de inaladores com menor impacto ambiental. Para além destas quatro áreas de intervenção prioritárias, o PNDR define como

objetivos de curto prazo:

Alargar o âmbito da sua atuação às Regiões Autónomas da Madeira e dos Açores, nomeadamente através da colaboração com os respetivos Programas Regionais de Prevenção e Controlo das Doenças Não Transmissíveis;

Manter e reforçar a articulação nacional com o Plano Nacional de Saúde, o Plano Nacional de Vacinação, a Divisão de Literacia em Saúde, a Direção de Serviços de Informação e Análise, a SPMS e a ACSS, designadamente na área dos Cuidados Respiratórios Domiciliários;

Assegurar a execução das verbas do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR) destinadas ao apetrechamento dos CSP com espirómetros.

Dar continuidade à colaboração com parceiros internacionais, assegurando o desenvolvimento dos trabalhos no âmbito da Joint Action JARED.

Sabe mais sobre o tema em:

<https://www.inem.pt/2026/05/07/relatorio-programa-nacional-para-as-doencas-respiratorias-desafios-e-estrategias-2025/>

**Na Clínica Médica da Praia da Vitória
zelamos pela sua saúde.**

Conectado, mas em risco?



As redes sociais estão a transformar os comportamentos de saúde à escala global. Uma investigação publicada na revista *Healthcare*, que analisou 82 estudos internacionais realizados entre 2010 e 2025, conclui que plataformas como Instagram, TikTok e Facebook vão muito além do entretenimento, assumindo um papel determinante nas decisões.

Plataformas como Instagram, TikTok e Snapchat apresentam frequentemente conteúdos associados ao consumo de álcool, canábis e cigarros eletrónicos, bem como a contextos festivos, muitas vezes partilhados por influenciadores digitais sem qualquer enquadramento preventivo ou alerta em saúde. No TikTok, vídeos identificados com hashtags como #DrunkTok ou #420 tendem a retratar o consumo de substâncias de forma humorística, apelativa ou socialmente valorizada, o que pode moldar perceções normativas e atitudes favoráveis ao uso destas substâncias. Perante este

cenário, os investigadores sublinham a urgência de investir em literacia digital em saúde e em estratégias colaborativas entre profissionais de saúde, investigadores e plataformas digitais, defendendo que o futuro do bem-estar passa, inevitavelmente, pelo ecossistema digital. Os resultados evidenciam assim o carácter ambivalente das redes sociais. Com o estudo alerta particularmente para os efeitos nos adolescentes e jovens adultos, um grupo mais exposto à pressão social digital e mais vulnerável a fenómenos como ansiedade, baixa autoestima e adoção de comportamentos de risco.

Leia o artigo completo aqui:

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12608964/>

Use as redes com consciência – a sua saúde mental agradece.