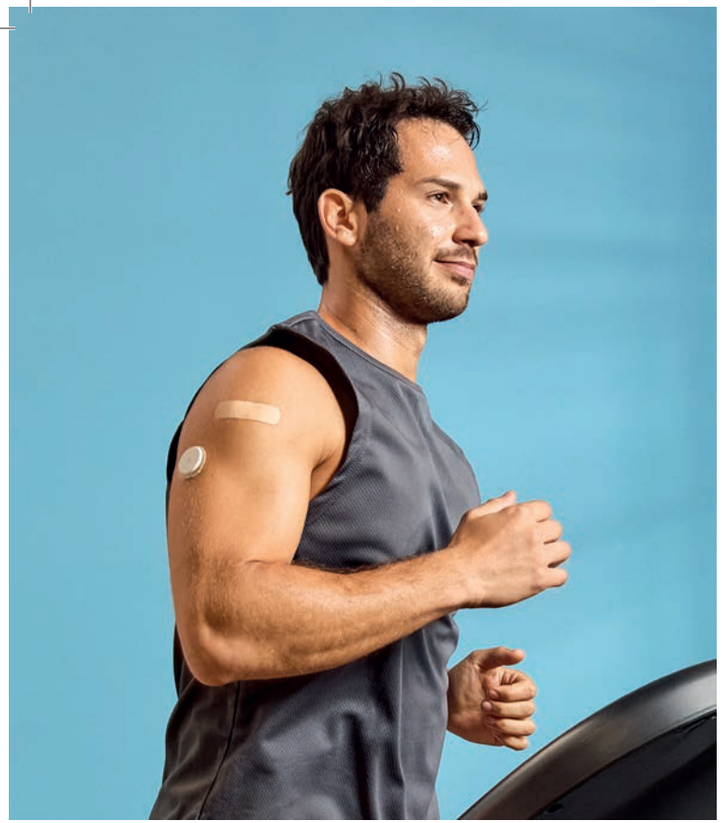


Stili di vita sani e prevenzione

Mangiare sano, fare movimento e dormire a sufficienza,[7] sono scelte di vita per vivere bene,[6] ma non rendono immuni da virus e batteri:[8,9] ecco perché le vaccinazioni sono una parte essenziale della prevenzione, soprattutto in considerazione dell'invecchiamento della popolazione e della necessità di proteggere le persone più vulnerabili.[2,5]

Guida alla conversazione con il medico

- Quali vaccini sono raccomandati per la mia età?
- Sono in regola con i richiami previsti?
- Devo fare dei vaccini in base al mio lavoro o stile di vita?
- Parto per un viaggio internazionale, quali vaccinazioni mi servono?
- Ho una patologia: ci sono vaccini a me raccomandati?
- Sto pianificando una gravidanza: quali vaccinazioni devo fare?
- Sono in stato di gravidanza: quali vaccinazioni devo fare?
- Se ho avuto certe malattie, devo comunque vaccinarmi?
- Ci sono vaccinazioni da fare ogni anno?
- Sono spesso a contatto con persone fragili: devo fare qualche vaccinazione per proteggerle?
- Dovrò iniziare una terapia immunosoppressiva: ci sono vaccini a me raccomandati?

Parlane con il tuo medico

Vai su:
vaccinazioneadulto.it

NP-IT-AVU-BROC-250002
Campagna informativa realizzata da GlaxoSmithKline S.p.A. Il presente materiale non è promozionale di prodotto, non rivendica né esplicita caratteristiche terapeutiche di farmaci di GSK e come tale non ricade nell'ambito di applicazione degli artt. 119-120 del D.Lgs. 219/06 . Le informazioni riportate non sostituiscono il parere del proprio medico di fiducia al quale ci si deve sempre rivolgere. ©2025 Società del gruppo GSK o licenziante . Approvato dal Ministero della Salute in data 11/09/2025

39901443

Vaccinarsi: un modo per prendersi cura di sé.

Le vaccinazioni aiutano a vivere in salute più a lungo. Proteggono da malattie che possono avere conseguenze anche gravi, in particolare se sei fragile o anziano.[1,2,3]

Con il patrocino di:

SITI | SIMIT | SIMG | FIMMG

Perché la vaccinazione è importante anche per gli adulti?

Previene malattie gravi che possono avere pesanti conseguenze negli adulti più anziani e nelle persone immunocompromesse o con patologie croniche.[4,5]

Protegge la comunità: un'ampia e corretta copertura vaccinale aiuta a proteggere le persone più vulnerabili, come ad esempio chi ha un sistema immunitario indebolito.[4,5]

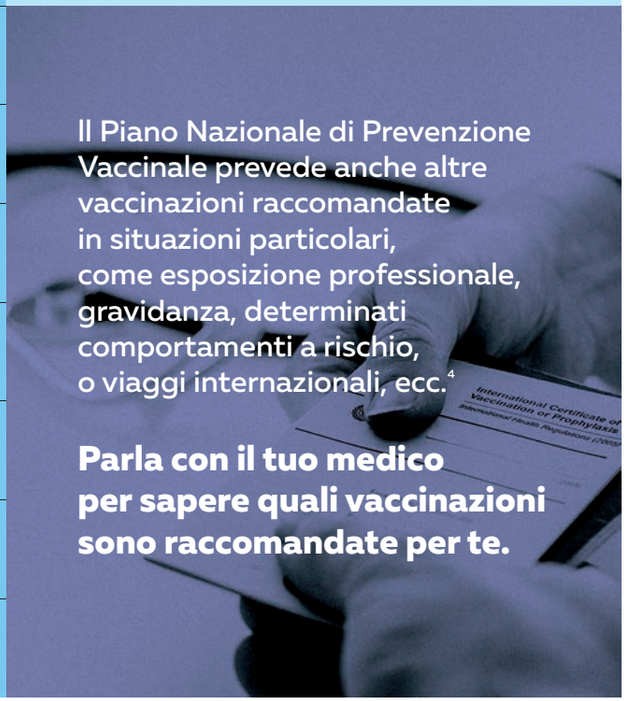
Contrasta la resistenza agli antibiotici: i vaccini riducono la diffusione delle infezioni e quindi la necessità di utilizzare antibiotici, contribuendo a combattere il problema globale della resistenza batterica.[4]

Permette di viaggiare in sicurezza: per alcuni viaggi internazionali, i vaccini prevengono il rischio di contrarre infezioni non comuni in Italia.[4]

1. who.int/docs/default-source/immunization/strategy/ia2030/ia2030-document-en.pdf (ultimo accesso giugno 2025)
2. epicentro.iss.it/vaccini/PercheVaccinarsi (ultimo accesso giugno 2025)
3. salute.gov.it/new/it/tema/vaccinazioni/ (ultimo accesso giugno 2025)
4. Piano Nazionale Prevenzione Vaccinale 2023-2025
5. epicentro.iss.it/vaccini/GruppiRischio (ultimo accesso giugno 2025)
6. iss.it/stili-di-vita (ultimo accesso giugno 2025)
7. iss.it/-/world-sleep-day-un-buon-sonno-deve-essere-una-priorita (ultimo accesso giugno 2025)
8. health.harvard.edu/staying-healthy/how-to-boost-your-immune-system (ultimo accesso giugno 2025)
9. vaccineknowledge.ox.ac.uk/faqs-about-vaccines#Weighing-up-the-risks (ultimo accesso giugno 2025)

Piano Nazionale di Prevenzione: quali sono le vaccinazioni previste per gli adulti? [4]

≥ 18 ANNI		≥ 60 ANNI	
Influenza	Ad ogni stagione autunnale nei soggetti a rischio* (come da circolare ministeriale vigente)	**Influenza**	Ogni anno, a partire dai 60 anni, indipendentemente dalla presenza di particolari fattori di rischio (come da circolare ministeriale vigente)
Herpes Zoster	A partire dai 18 anni di età con determinate condizioni di rischio*	**Herpes Zoster**	A coloro che compiono 65 anni nell'anno in corso
Pneumococco	In caso di condizioni di rischio*	**Pneumococco**	A coloro che compiono 65 anni nell'anno in corso
Difterite Tetano Pertosse	Somministrazione periodica (ogni 10 anni)		
Epatite A e B	In caso di condizioni di rischio*		
Meningococco ACWY e B	In caso di condizioni di rischio*		
Morbillo Parotite Rosolia (MPR)	Per tutti i soggetti che non siano stati vaccinati con 2 dosi o in caso di condizioni di rischio*		
Varicella	In caso di condizioni di rischio*		
Papillomavirus umano (HPV)	In caso di condizioni di rischio*		
Haemophilus influenzae tipo b (HIB)	In caso di condizioni di rischio*		



Il Piano Nazionale di Prevenzione Vaccinale prevede anche altre vaccinazioni raccomandate in situazioni particolari, come esposizione professionale, gravidanza, determinati comportamenti a rischio, o viaggi internazionali, ecc.[4]

Parla con il tuo medico per sapere quali vaccinazioni sono raccomandate per te.

*Vuoi sapere se rientri in un profilo di rischio per una specifica patologia? Parlane con il tuo medico e consulta il Piano Nazionale di Prevenzione Vaccinale.