



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:
laprevenzionenonhaeta.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

GSK



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}

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}

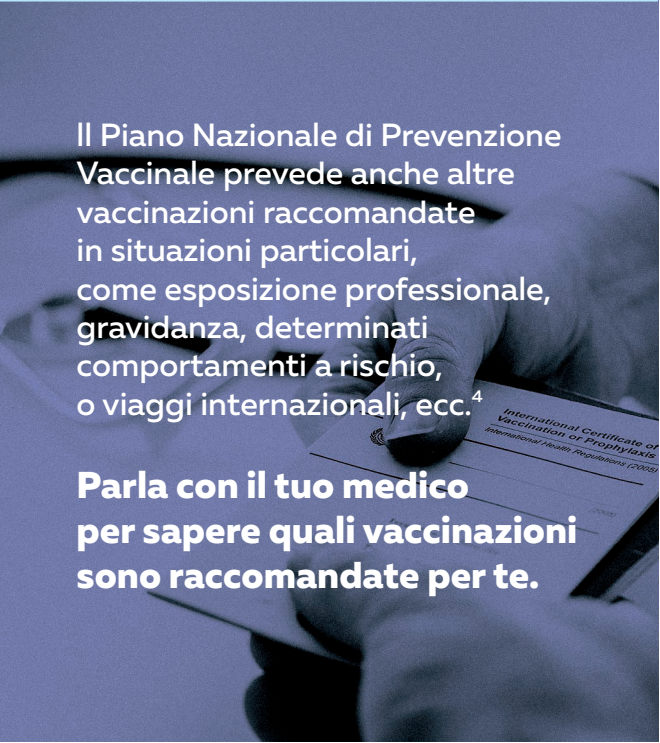
Protegge la comunità: un’ampia e corretta copertura vaccinale aiuta a proteggere le persone più vulnerabili, come ad esempio chi ha un sistema immunitario indebolito.^{4,5}

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](https://www.who.int/docs/default-source/immunization/strategy/ia2030/ia2030-document-en.pdf) (ultimo accesso giugno 2025)
2. [epicentro.iss.it/vaccini/PercheVaccinarsi](https://www.epicentro.iss.it/vaccini/PercheVaccinarsi) (ultimo accesso giugno 2025)
3. [salute.gov.it/new/it/tema/vaccinazioni/](https://www.salute.gov.it/new/it/tema/vaccinazioni/) (ultimo accesso giugno 2025)
4. Piano Nazionale Prevenzione Vaccinale 2023-2025
5. [epicentro.iss.it/vaccini/GruppiRischio](https://www.epicentro.iss.it/vaccini/GruppiRischio) (ultimo accesso giugno 2025)
6. [iss.it/stili-di-vita](https://www.iss.it/stili-di-vita) (ultimo accesso giugno 2025)
7. [iss.it/-/world-sleep-day-un-buon-sonno-deve-essere-una-priorita](https://www.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](https://www.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](https://www.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)	 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.	
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*		

*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.