

Informativo Sobre A Influenza A (Gripe Suína)

1- O que é Influenza ou Gripe A/H1N1 (Gripe Suína)?

É uma doença transmitida por um novo tipo de vírus da mesma família que a gripe comum. Geralmente é uma doença benigna, dura 4 a 5 dias, mas em alguns casos pode apresentar complicações tipo pneumonia.

2- Como é transmitida a Influenza A/H1N1?

É transmitida pessoa a pessoa especialmente através da tosse ou espirro. Algumas pessoas podem se infectar entrando em contato com objetos contaminados como lenços ou levando as mãos contaminadas por estes objetos aos olhos e boca ou nariz.

3- Quais são os sintomas da Influenza A?

São os sintomas semelhantes aos da gripe comum: **febre alta** (>38°C), tosse, dor de cabeça, e no corpo, garganta inflamada; pode aparecer falta de ar, cansaço e diarreia.

4- É possível saber se estou com a gripe comum ou com a Influenza A/H1N1?

Não é possível diferenciar pelos dados clínicos qual gripe você está apenas pelo exame especial para pesquisa do vírus consegue fazer o diagnóstico específico do vírus.

5- O exame para diagnóstico da Gripe A/H1N1 precisa ser realizado em todas as pessoas com quadro gripal?

Não, porque nesta época do ano, tanto o vírus da gripe comum, como o vírus da gripe A estão causando doença respiratória semelhantes, apenas aqueles casos com doença respiratória grave estão sendo investigados, ou seja, colhe-se o exame para se tentar isolar o vírus.

6- Existe tratamento para a Gripe A/H1N1? Todas as pessoas precisam receber tratamento?

Sim, existe um remédio, dado via oral, chamado Oseltamivir (Tamiflu), oferecido pelo governo para os casos graves, ou para as pessoas com quadro gripal (febre >38°C + tosse ou dor de garganta) e que tenham também outros problemas sérios de saúde, como os cardiopatias, doenças pulmonares crônicas, idosos, diabéticos, grávidas, HIV, crianças < 2 anos, ou pessoas em uso de imunossupressores. A maioria das pessoas (99,7%) tem casos leves que duram cerca de 4-5 dias sem complicações e não precisam tomar o anti-viral.

7- Como posso saber se estou com uma gripe grave?

Você precisa ser avaliada por um médico. Mas nos casos graves o sintoma mais frequente é a falta de ar, dificuldade para respirar.

8- Como posso me prevenir da Influenza A H1N1?

Evite aglomerações de pessoas, lugares fechados, mantenha os ambientes ventilados, portas e janelas abertas, lave muitas vezes as mãos com água e sabão, ou higienize com álcool gel, não use as mãos para proteger o nariz e boca ao tossir, mas papel toalha ou lenço de papel descartável, descarte-os no lixo, não compartilhe objetos de uso pessoal ou alimentos, alimente-se adequadamente e ingira bastante líquidos. A máscara só deve ser usada pelo profissional da saúde quando ele está cuidando diretamente de um paciente (a menos de um metro) com diagnóstico ou suspeita de Influenza A ou gripe suína. Usar máscara andando pelo hospital, ou na rua não faz nenhum sentido.

9- Se eu tiver contato com uma pessoa com Gripe A/H1N1 ou com suspeita o que devo fazer?

De imediato nada, apenas fique atento, caso você veja apresentar febre procure assistência médica. Não há necessidade de tomar nenhuma medicação ou usar máscara. Nem todas as vezes que entramos em contato com alguém doente adquirimos a infecção. Mas, se você apresentar febre, tosse ou dor de garganta procure o serviço médico para ser avaliado.

10- Se eu tiver o diagnóstico de gripe devo ser internado?

Se for constatado que você está com gripe, muito provavelmente você permanecerá em casa por 7 dias a partir do início dos sintomas, mas só após avaliação o médico poderá dizer. Evite contato próximo com outras pessoas, lave sempre as mãos e cubra boca e nariz com papel toalha ao tossir ou espirrar, não compartilhe objetos de uso pessoal e nem alimentos.

11- No ambiente Hospitalar como posso me proteger?

No início da epidemia houve um exagero em relação às recomendações por falta de conhecimento sobre o novo vírus, mas agora se sabe que o vírus é transmitido da mesma forma que o vírus da gripe comum, ou seja, as partículas virais se espalham até um metro ao redor do doente. Por isto, precisamos adotar precauções de gotículas e as precauções padrões. Ou seja: uso da máscara cirúrgica para quem está a menos de um metro do paciente. Quando forem realizados procedimentos que podem gerar aerossóis (pequenas partículas), como entubação, aspirações; só nestas situações precisamos de máscaras N95, assim como de protetor ocular, avental, luvas, gorros. As mãos devem ser lavadas com frequência.

Nunca fique com a máscara pendurada no pescoço!!!

Para evitar que o paciente transmita o vírus a outras pessoas e mesmo contamine o meio ambiente é recomendado que todo paciente, com quadro de febre, tosse ou dor de garganta seja identificado ao chegar ao hospital e coloque máscara até ser avaliado e medicado pelo médico e este decida sobre o acompanhamento ambulatorial ou internação. Não entre em pânico e siga adequadamente as orientações.