

Senhores pais e cuidadores, preocupados com a rápida disseminação da gripe tipo A em nosso país, gostaríamos de fazer algumas recomendações:

A gripe é uma doença respiratória infecciosa de origem viral, que pode levar ao agravamento e ao óbito, especialmente nos indivíduos que apresentam fatores ou condições de risco para as complicações da infecção (crianças menores de 5 anos de idade, gestantes, adultos com 60 anos ou mais, portadores de doenças crônicas não transmissíveis e outras condições clínicas especiais).

Modo de Transmissão:

A transmissão ocorre principalmente através do contato com partículas eliminadas por pessoas infectadas ou mãos e objetos contaminados por secreções.

É muito elevada em ambiente domiciliar, creches, escolas e em ambientes fechados ou semifechados, dependendo não apenas da infectividade das cepas, mas também do número e intensidade dos contatos entre pessoas de diferentes faixas etárias.

Sintomas:

Os sintomas são similares aos sintomas da influenza humana comum, e incluem:

- Febre
- Tosse
- Garganta inflamada
- Dores no corpo
- Dor de cabeça
- Calafrios
- Fadiga
- Também pode causar uma piora de doenças crônicas já existentes

Necessitam de cuidados especiais e avaliação médica pessoas com febre superior a 38º.C, tosse e dor de garganta.

Por que está ocorrendo aumento no número de casos neste ano?

Segundo entrevista realizada com a Dra. Rosana Ritchtmann, médica e pesquisadora do Instituto de Infectologia Emílio Ribas, alguns fatores contribuíram para o aumento no número de casos este ano, especialmente a baixa adesão a vacinação pela população em geral nos anos de 2014 e 2015.

Por este motivo, quanto o vírus que retornou ao Brasil (por efeito da globalização), encontrou uma população mais vulnerável (que nunca entrou em contato com o vírus antes) e susceptível pela falta de vacinação nos anos anteriores.

Recomendações Gerais de prevenção:

- Evitar aglomerações e ambientes fechados;
- Intensificar a lavagem das mãos com água e sabão, principalmente após tossir e espirrar;
- Utilizar produtos à base de álcool para higienização das mãos também são recomendados;
- Evitar contato próximo com pessoas doentes;
- Cobrir o nariz e a boca com um lenço de papel quando tossir ou espirrar, jogando o lenço no lixo após o uso;
- Participar da campanha de vacinação, especialmente se fizer parte do grupo de risco;
- Não levar as mãos aos olhos, boca ou nariz depois de ter tocado em objetos de uso coletivo;
- Não compartilhar copos, talheres e outros objetos de uso pessoal;
- Procurar assistência médica se surgirem sintomas que possam ser confundidos com os da infecção pelo vírus da influenza tipo A.

Em casos de suspeita ou confirmação da presença do vírus:

- Apresentar os sintomas ou for confirmado a presença do vírus limitar ao máximo o contato com outras pessoas
- Não comparecer a Escola ou ao trabalho
- Intensificar a higienização das mãos especialmente após tossir e espirrar
- Não compartilhar copos, talheres ou objetos de uso pessoal;
- Suspende, se possível, as viagens para os lugares onde haja casos da doença.

Outras recomendações importantes:

- Orientar os motoristas de transporte escolar a utilizar o álcool gel e manter as janelas abertas;
- Ensinar as crianças a lavar as mãos adequadamente com água e sabão;
- Ensinar as crianças a utilizar o álcool gel par evitar riscos (ingestão acidental, uso inadequado);
- Orientar as crianças a não compartilhar materiais (talheres, comida, brinquedos, canetas, borrachas e outros objetos);
- Orientar as crianças a lavar as mãos após tossir e espirrar e evitar colocar as mãos nos olhos, boca e nariz;
- Crianças de 6 meses e menores de 5 anos deverão receber vacinação para gripe tipo A, mesmo que tenham recebido a dose em 2015 (está previsto início da campanha nacional de vacinação para 30/04/2016);
- Trazer cópia atualizada da caderneta de vacinação após realizada a imunização da criança.

Com a participação efetiva de todos: família e escola vamos enfrentar esse vírus e preservar a vida e saúde de nossos alunos!

Contamos com a colaboração de vocês!

Maria Cristina Furtado da Silva

RT Saúde e Nutricionista CRN-2 nº2779

- **Fonte:** <http://www.crechesegura.com.br/gripe-h1n1-o-que-escola-precisa-saber/consulta:11/04/2016>

Referencias:

- VARELLA, D. Gripe H1N1, Doenças e Sintomas [internet], disponível em: <http://drauziovarella.com.br/letras/g/gripe-h1n1>
- BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. Informe Técnico: Campanha Nacional de Vacinação contra Influenza, Brasília, 2016 [internet], disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/images/pdf/2016/marco/11/informe-tecnico-campanha-vacinacao-influenza-2016.pdf>
- CRECHE SEGURA. Gripe H1N1, o que a Escola precisa saber?, São Paulo, 2016 [internet], disponível em: <http://www.crechesegura.com.br/gripe-h1n1-o-que-escola-precisa-saber/>