

Gripe A

A gripe A, ou gripe suína como era reconhecida até 30 de abril de 2009, é causada pelo vírus Influenza tipo A/H1N1. É uma gripe pandêmica que atinge todos os anos entre cinco a 15% da população

1 Modo de transmissão:

A forma de transmissão do vírus da gripe (H1N1) é a mesma da gripe comum. O vírus é transmitido de pessoa para pessoa por gotículas expelidas durante a fala, tosse ou espirro. Vários estudos demonstram que o vírus da gripe pode sobreviver durante várias horas nas superfícies e, por isto, é importante mantê-las limpas, utilizando produtos domésticos de limpeza e desinfecção.

2 Sintomas:

O período de incubação pode variar entre 24 horas a duas semanas. São eles:

- Febre repentina e acima de 38°C;
- Tosse;
- Diarreia;
- Dores de cabeça, nas articulações e nos músculos.

TEN CEL CBMERJ PAULO RENATO MARTINS VAZ - diretor da Escola de Defesa Civil do Estado do Rio de Janeiro (ESDEC/RJ).

Fonte: Movimento Rio Contra a Gripe A – Governo do Estado do Rio de Janeiro.

3 Tratamento:

Primeiramente deve-se evitar a automedicação. O tratamento é feito com a administração dos fármacos Tamiflu ou Relenza, vendidos ou cedidos sob orientação médica. O vírus da gripe pandêmica (H1N1) é sensível aos medicamentos antivirais oseltamivir e zanamivir. Estes medicamentos só são eficazes se administrados nas primeiras 48h de doença. Apenas nos casos mais graves se justifica usar estes medicamentos passados os primeiros dois dias de doença. Contudo, a maioria dos infectados pode tratar a gripe com medicamentos que apenas aliviam os sintomas.

4 Prevenção:

- Limitar o contato com outras pessoas evitando aglomerações;
- Cobrir a boca e o nariz quando espirrar ou tossir, usando um lenço de papel e nunca as mãos! Em último recurso utilize o antebraço;
- Utilizar lenços de papel uma única vez e descartá-los imediatamente no lixo;
- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão, em especial após tossir ou espirrar;
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, tais como pratos, talheres e copos;
- Fazer a vacina disponível nos postos de saúde;
- Se infectado, manter-se em casa durante sete dias, ou até que os sintomas desapareçam, caso estes perdurem.

