

Orientações para cuidados com a **GRIPE (INFLUENZA)**.



_GRIPE

Influenza, comumente conhecida como gripe, é uma doença viral, febril e aguda, caracterizada por início rápido dos sintomas que incluem: febre, calafrios, dor de cabeça, dor muscular e falta de apetite, além de sintomas respiratórios como tosse seca, dor de garganta e coriza. O quadro geralmente dura em torno de 1 (uma) semana.



_EPIDEMIOLOGIA

A gripe é causada pelos vírus Influenza.

A Influenza ocorre durante todo o ano, sendo mais frequente no outono e no inverno, quando as temperaturas diminuem, principalmente no Sul e Sudeste do país.

Existem 4 tipos de vírus Influenza: A, B, C e D.

Os tipos A e B são responsáveis por epidemias sazonais, sendo o vírus Influenza A responsável pelas pandemias.

Atualmente, os subtipos A(H1N1)pdm09 e A(H3N2) circulam de maneira sazonal e infectam humanos. Alguns vírus Influenza A de origem animal também podem infectar humanos causando doença grave, como os vírus A(H5N1), A(H7N9), A(H10N8), A(H3N2v), A(H1N2v), entre outros.

Os vírus tipo B infectam exclusivamente os seres humanos. Eles podem ser divididos em 2 principais grupos, denominados linhagens B/Yamagata e B/Victoria. Os vírus Influenza B não são classificados em subtipos.

O vírus Influenza C causa apenas infecções respiratórias brandas, não estando relacionado com epidemias. Já o vírus Influenza D foi recentemente identificado (2011) em bovinos e suínos, e, até o momento, não foram identificadas infecções em humanos.



A

B

C

D



_SINTOMAS

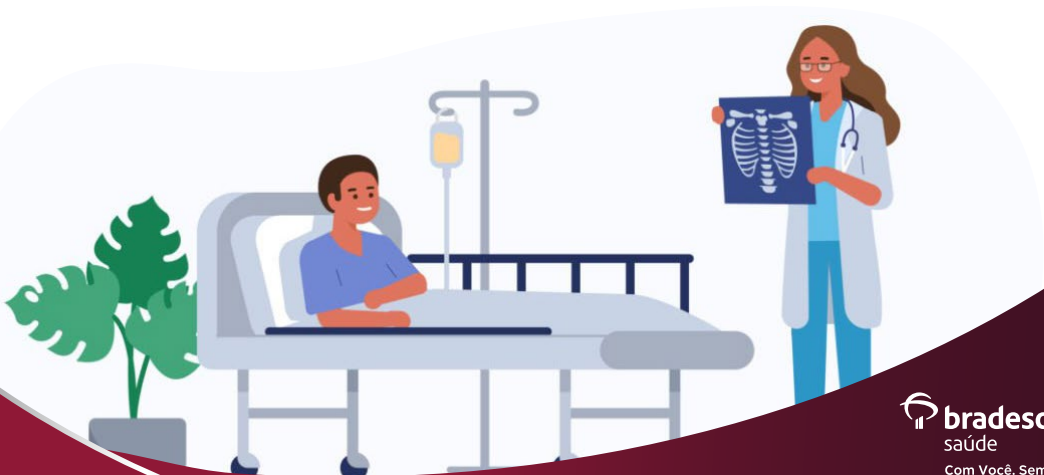
A doença inicia-se pelo aparecimento rápido de febre, dor de cabeça, dor no corpo, tosse, dor de garganta e coriza.

O período de incubação dos vírus Influenza, isto é, o intervalo entre a data do contato com o vírus até o início dos sintomas, é geralmente de dois dias, variando entre um e quatro dias.

A febre dura em torno de 3 (três) dias, sendo o sintoma mais importante. Já os sintomas respiratórios como tosse, coriza, entre outros, tornam-se mais evidentes com a progressão da doença e se mantêm, em geral, por três a cinco dias após o desaparecimento da febre.

Em alguns casos, pode haver dificuldade respiratória, e há necessidade de procurar atendimento hospitalar.

Se houver agravamento do quadro, esse pode evoluir para a síndrome respiratória aguda grave (SRAG).



De acordo com o Ministério da Saúde, os principais sintomas da gripe são:

- Febre;
- Dor de garganta;
- Dor de cabeça;
- Tosse;
- Dor no corpo.

Adulto: o quadro clínico em adultos saudáveis pode variar de intensidade.

Criança: a temperatura pode atingir níveis mais altos, sendo comum o achado de aumento dos linfonodos cervicais (nódulos no pescoço) e também podem fazer parte os quadros de bronquite ou bronquiolite, além de sintomas gastrointestinais, como vômito e diarreia.

Idoso: quase sempre se apresentam febris, às vezes, sem outros sintomas, mas, em geral, a temperatura não atinge níveis tão altos.



Os demais sinais e sintomas da gripe (Influenza) são habitualmente de aparecimento súbito, como:

- Calafrios;
- Mal-estar;
- Dor de cabeça;
- Dor no corpo;
- Dor nas articulações;
- Prostração;
- Secreção nasal excessiva.

Podem ainda estar presentes:

- Diarreia;
- Vômito;
- Fadiga;
- Rouquidão;
- Olhos avermelhados e lacrimejantes.

COMPLICAÇÕES

Alguns casos podem evoluir com complicações, especialmente em indivíduos com doenças crônicas, idosos e crianças menores de 2 anos, o que acarreta elevados níveis de morbimortalidade.



As complicações mais comuns são:

- Pneumonia bacteriana e por outros vírus;
- Sinusite;
- Otite;
- Desidratação;
- Piora das doenças crônicas;
- Pneumonia primária por Influenza, que ocorre principalmente em pessoas com doenças cardiovasculares (especialmente doença reumática com estenose mitral) ou em mulheres grávidas.

_TRANSMISSÃO

A transmissão ocorre por meio das secreções das vias respiratórias de uma pessoa contaminada ao falar, espirrar ou tossir.

A transmissão também pode ocorrer por meio das mãos, que, após contato com superfícies contaminadas por secreções respiratórias de um indivíduo infectado, podem levar o vírus diretamente para boca, nariz e olhos.

A transmissão pode ocorrer por um período de até 7 dias após o início dos sintomas.





_DIAGNÓSTICO

Quando o médico suspeitar de infecção pelo vírus Influenza, poderá solicitar exames para confirmação diagnóstica.

_PREVENÇÃO

A vacinação contra Influenza é uma das medidas de prevenção mais importantes para proteger contra a doença, suas complicações e óbitos, além de contribuir para a redução da circulação viral na população, especialmente nos indivíduos que apresentam fatores ou condições de risco.

A constante mudança na circulação dos vírus Influenza requer um monitoramento global e frequente reformulação da vacina contra a gripe. Devido a essas mudanças, a Organização Mundial da Saúde define quais as cepas farão parte da vacina a ser disponibilizada naquele período, tanto para o hemisfério sul, quanto para o hemisfério norte.

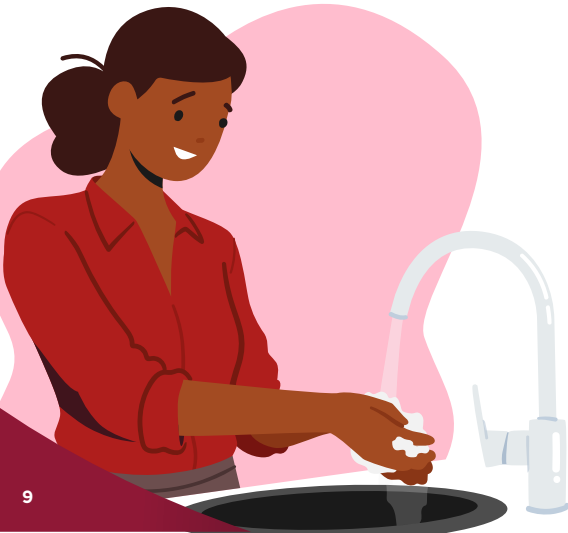
Por isso, todo ano, o Ministério da Saúde realiza a Campanha Nacional de Vacinação contra a gripe.

Além da vacinação, orienta-se a adoção de outras medidas gerais de prevenção para toda a população, medidas essas que visam reduzir o risco de adquirir ou transmitir doenças respiratórias, como vírus da gripe.

Os principais cuidados devem ser:

- Lavar as mãos com água e sabão ou usar álcool em gel a 70%, principalmente antes de consumir algum alimento;
- Utilizar lenço descartável para higiene nasal;
- Cobrir o nariz e a boca ao espirrar ou tossir;
- Evitar tocar olhos, nariz e boca;
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas;
- Manter os ambientes bem ventilados;
- Evitar contato próximo a pessoas que apresentem sinais ou sintomas de gripe;
- Evitar aglomerações e ambientes fechados (procurar manter os ambientes ventilados);
- Adotar hábitos saudáveis, como alimentação balanceada e ingestão de líquidos;

- Fazer uso de máscara facial cobrindo adequadamente o nariz e a boca durante o período que apresentar sintomas e de transmissão da doença.



_TRATAMENTO

O tratamento inicial para a gripe é voltado para o alívio dos sintomas, conforme orientação médica.

Em caso de suspeita de gripe, é importante aumentar a hidratação e evitar a automedicação.

A utilização de antivirais deve ser feita **apenas com a indicação médica**.

O Ministério da Saúde considera grupo de risco para complicações:

- Grávidas;
- Puérperas até duas semanas após o parto e as que tiveram aborto ou perda fetal;
- Pessoas com 60 anos ou mais;
- Crianças menores de 5 anos;
- População indígena aldeada ou com dificuldade de acesso;
- Pacientes com doenças crônicas, tais como doença pulmonar crônica, doenças cardiovasculares (exclui hipertensão), doença renal crônica, doenças do fígado, doenças do sangue e distúrbios metabólicos (como o diabetes);
- Pessoas com obesidade (IMC maior ou igual a 40 em adultos);
- Pacientes com doenças neurológicas que podem comprometer a função respiratória ou aumentar o risco de aspição.

_VACINAÇÃO

A vacinação anual contra Influenza é uma das medidas utilizadas para se prevenir a gripe e suas complicações, devendo ser administrada antes da exposição ao vírus, promovendo uma imunidade efetiva e segura durante o período de circulação sazonal do vírus.

As vacinas contra gripe são elaboradas com o vírus inativado (morto), portanto, não são capazes de causar a doença. É importante desmistificar a informação de que a vacina pode levar à doença.

Conforme a Instrução Normativa (IN) n.º 261, de 25 de outubro de 2023, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), as vacinas Influenza trivalentes utilizadas no Brasil a partir de fevereiro de 2024 deverão apresentar três tipos de cepas de vírus em combinação: A/Victoria/4897/2022 (H1N1)pdm09; A/Thailand/8/2022 (H3N2) e B/Austria/1359417/2021 (linhagem B/Victoria).

As vacinas contra Influenza podem ser aplicadas na população a partir de 6 meses de idade.

A recomendação da vacina em crianças é definida com base na idade no momento da primeira dose da vacina Influenza e no número de doses de vacina recebido em temporadas anteriores (pelo menos, uma dose).



A vacinação está indicada para toda a população indígena, a partir de seis meses de idade.

Todas as crianças que receberam, pelo menos, uma dose da vacina Influenza sazonal, em anos anteriores, devem receber apenas uma dose em 2024.

Deve ser considerado o esquema de duas doses para as crianças de 6 meses a menores de 9 anos de idade, que serão vacinadas pela primeira vez, devendo-se agendar a segunda dose para 30 dias após a 1ª dose.

Os grupos prioritários definidos para a campanha de vacinação 2024 contra Influenza são:

- Crianças de 6 meses a menores de 6 anos de idade (5 anos, 11 meses e 29 dias);
- Crianças indígenas de 6 meses a menores de 9 anos;
- Trabalhador da Saúde;
- Gestantes e puérperas até 45 dias após o parto;
- Professores de ensino básico e superior;
- Povos indígenas a partir de 6 meses de idade;



- Idosos com 60 anos ou mais de idade;
- Pessoas em situação de rua;
- Profissionais das Forças de Segurança e Salvamento;
- Profissionais das Forças Armadas;
- Pessoas com doenças crônicas não transmissíveis e outras condições clínicas especiais independentemente da idade (doenças respiratórias, cardíaca, renal, hepática e neurológica crônicas; diabetes; imunossupressão; obesidade grau III; transplantados e portadores de trissomias);
- Pessoas com deficiência permanente;
- Caminhoneiros;
- Trabalhadores de transporte rodoviário coletivo (urbano e de longo curso);
- Trabalhadores Portuários;
- População privada de liberdade e funcionários do sistema de privação de liberdade, adolescentes e jovens de 12 a 21 anos de idade sob medidas socioeducativas.

A Influenza e a COVID-19 continuam sendo ameaças para a saúde pública, especialmente para as pessoas não vacinadas. Assim, o Ministério da Saúde recomendou aproveitar a oportunidade da campanha de vacinação contra Influenza para atualização da situação vacinal para COVID-19 nos grupos elegíveis.

O Ministério da Saúde informou que a vacina contra gripe pode ser administrada na mesma ocasião de outros imunizantes do Calendário Nacional de Vacinação e também com outros medicamentos.

Os tratamentos com imunossupressores ou radioterapia podem reduzir ou anular a resposta imunológica. Esse fenômeno não se aplica aos corticosteroides utilizados à terapêutica de reposição, em tratamentos sistêmicos de curto prazo (menos de duas semanas) ou por outras vias de administração que não causem imunossupressão.



É preciso estar atento ao calendário de vacinação contra Influenza 2024. A campanha tem previsão de ocorrer entre os dias 25 de março de 2024 e 31 de maio de 2024, no entanto, esse prazo poderá ser estendido, de acordo com a disponibilidade da vacina.

Tradicionalmente, a campanha de vacinação é realizada em todo o Brasil entre os meses de abril e maio, e, neste ano de 2024, a campanha terá início em março, em razão do aumento da circulação de vírus respiratórios no país. Essa antecipação é válida para as regiões Nordeste, Centro-Oeste, Sudeste e Sul.

Em 2023, o Governo Federal mudou a estratégia da campanha para a região Norte e já imunizou essa população entre novembro e dezembro, atendendo às particularidades climáticas da região. Portanto, na região Norte, a vacinação ocorrerá no segundo semestre de 2024.

_ATENÇÃO

Fique atento à programação e às recomendações para as campanhas de vacinação da sua região, pois a vacinação pode ser, eventualmente, ampliada para outros grupos.

_PRECAUÇÕES

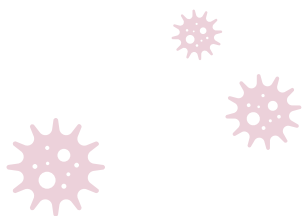


Pessoas apresentando quadro de doenças febris agudas, moderadas ou graves e/ou caso confirmado de COVID-19 (RT-PCR e TR Ag), recomenda-se adiar a vacinação até a melhora do quadro, com o intuito de não serem atribuídas à vacina as manifestações da doença.

Em pessoas que receberam anteriormente uma dose de vacina Influenza e, após período de até trinta dias, desenvolveram síndrome de Guillain-Barré (SGB), somente administrar a vacina Influenza após avaliação médica criteriosa quanto à relação de benefício/risco da nova dose.

_VACINAÇÃO E DOAÇÃO DE SANGUE

De acordo com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), os candidatos elegíveis à doação de sangue que tiverem sido vacinados contra Influenza devem ser considerados como inaptos temporariamente, pelo período de 48 horas após a vacinação.



_A VACINA DA GRIPE PROTEGE CONTRA RESFRIADO?

Nós tomamos anualmente a vacina contra gripe para nos protegermos contra o vírus Influenza. Todos os outros vírus respiratórios que causam resfriado não estão dentro da proteção que a vacina traz. Por isso, mesmo tomando a vacina, você pode ficar resfriado.

_ATENÇÃO

Importante lembrar também que o tempo necessário para que os anticorpos contra o vírus Influenza apareçam é de cerca de 15 dias após a vacinação.

_COMO DIFERENCIAR OS SINTOMAS DA DENGUE E DA GRIPE?

Febre, dor de cabeça, mal-estar e fraqueza são alguns sintomas comuns de várias doenças, a exemplo da dengue e da gripe. Então, como diferenciar as duas?

É importante saber que, embora sejam igualmente causadas por vírus, a transmissão dessas doenças ocorre de maneiras diferentes.

A dengue é causada pela picada da fêmea do mosquito *Aedes aegypti*. Normalmente, a primeira manifestação da dengue é a febre alta, de início repentino, que geralmente dura de dois a sete dias, acompanhada de dor de cabeça, dores no corpo e nas articulações, além de prostração, fraqueza, dor atrás dos olhos e manchas vermelhas na pele.

Já a gripe é uma infecção respiratória causada pelo vírus Influenza, mais comumente transmitido durante o período do inverno. Os sintomas geralmente aparecem de forma repentina, como febre, dor de garganta, tosse, coriza, dores no corpo e dor de cabeça. Geralmente, tem resolução espontânea em aproximadamente sete dias, embora a tosse, o mal-estar e a fadiga possam permanecer por algumas semanas.



Em caso de sintomas, o médico sempre deverá ser procurado para realização de uma avaliação clínica completa.



Referências bibliográficas:

Ministério da Saúde. Ministério da Saúde antecipa campanha de vacinação contra a gripe. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2024/fevereiro/ministerio-da-saude-antecipa-campanha-de-vacinacao-contra-a-gripe>> Acesso 14/03/2024.

Ministério da Saúde. Orientações. Aprenda a diferenciar os sintomas da dengue e da gripe. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2024/fevereiro/aprenda-a-diferenciar-os-sintomas-da-dengue-e-da-gripe>> Acesso 14/03/2024.

Ministério da Saúde. Gripe (Influenza). Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/g/gripe-influenza>> Acesso 14/03/2024.

Ministério da Saúde. ESTRATÉGIA DE VACINAÇÃO CONTRA A INFLUENZA REGIÕES NORDESTE, CENTRO-OESTE, SUL E SUDESTE | 2024. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/vacinacao/informes-tecnicos/estrategia-de-vacinacao-influenza-2024/view>> Acesso 04/04/2024.



bradesco
saúde

Com Você. Sempre.

bradescosaude.com.br

Siga a Bradesco Saúde nas redes sociais:  