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

bradesco saúde

Com Você. Sempre.

_GRIPE

A Influenza, conhecida também como gripe, é uma infecção respiratória comum em todo o mundo. A maioria das pessoas se recupera sem tratamento. A gripe se espalha facilmente por tosse ou espirros. Os sintomas incluem febre repentina, tosse, dor de garganta, dores no corpo e cansaço. Os sintomas começam de 1 a 4 dias após o contato e geralmente duram cerca de 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.

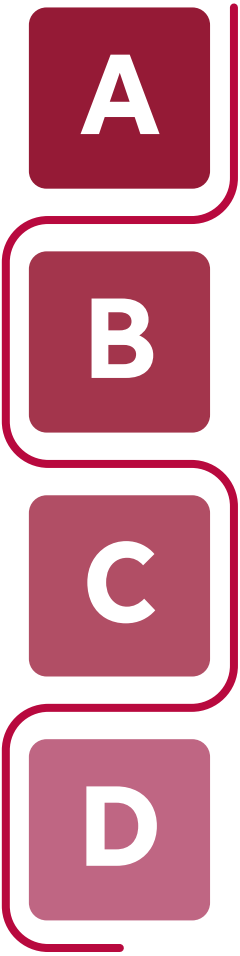
Existem 4 tipos de vírus Influenza: A, B, C e D.

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.



bradesco saúde
Com Você. Sempre.

_SINTOMAS

A doença inicia-se pelo aparecimento de febre repentina, dor de cabeça, tosse seca, dores musculares e nas articulações, dor de garganta, coriza e sensação de mal estar.

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 após o desaparecimento da febre, permanecendo por três a cinco dias.

Em alguns casos, a gripe pode evoluir para pneumonia, podendo aparecer dificuldade respiratória. Neste caso, há necessidade de procurar atendimento hospitalar.

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

Adulto: o quadro clínico em adultos sadios pode variar de Intensidade, porém, na maioria dos casos, evolui de forma leve a moderada.

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: geralmente apresentam febre baixa, podendo não haver outros sintomas associados.

Em caso de dúvida, o médico sempre deve ser consultado!

bradesco saúde
Com Você. Sempre.

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;

bradesco saúde
Com Você. Sempre.

- Pneumonia primária por Influenza, que ocorre principalmente em pessoas com doenças cardiovasculares (especialmente doença reumática com estenose mitral) ou em mulheres grávidas.

_TRANSMISSÃO

A gripe se espalha facilmente em lugares fechados e com aglomeração, como escolas e casas de repouso.

Quando uma pessoa infectada tosse ou espirra, gotículas com o vírus são lançadas no ar e podem infectar quem está próximo.

O vírus influenza também pode ser transmitido por mãos contaminadas.

Para evitar a transmissão, é importante cobrir a boca e o nariz com um lenço ao tossir ou espirrar e lavar as mãos regularmente.

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

bradesco saúde
Com Você. Sempre.

_DIAGNÓSTICO

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

_PREVENÇÃO

A vacinação contra Influenza é a medida de prevenção mais importante para proteger contra a doença, suas complicações e óbitos, além de contribuir para a diminuição da circulação do vírus.

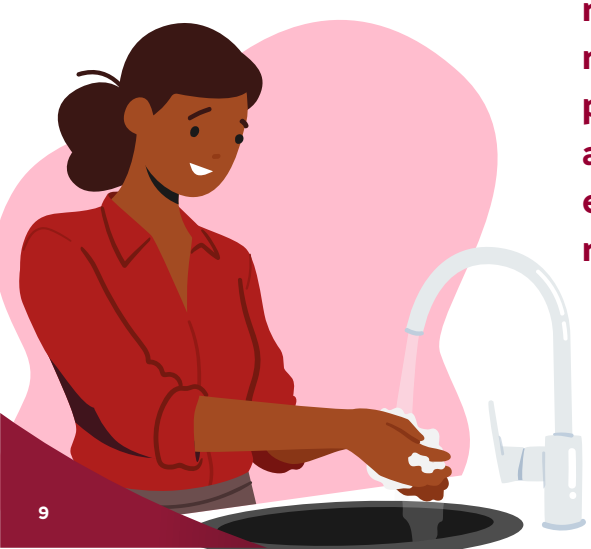
Todo ano, o Ministério da Saúde realiza a Campanha Nacional de Vacinação contra a gripe.

Além da vacinação, outras medidas gerais de prevenção devem ser tomadas para 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% regularmente, principalmente antes de consumir alimentos;
- 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;
- Evitar contato próximo a pessoas que apresentem sinais ou sintomas de gripe;
- Evitar aglomerações e ambientes fechados;
- Manter os ambientes bem 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 da doença e de transmissão do vírus.



O Ministério da Saúde recomenda o uso de máscaras PFF2 ou N95 para profissionais em ambientes assistenciais e pessoas com sintomas respiratórios.

bradesco saúde
Com Você. Sempre.

_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 aspiração.

_VACINAÇÃO

A vacinação anual contra Influenza é a melhor forma para se prevenir a gripe e suas complicações. Ela deve 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). É importante esclarecer que a vacina **não** pode levar à doença.

Na campanha de 2025, vacina da gripe será composta pelas cepas de influenza A/Victoria (H1N1), A/Croácia (H3N2) e B/Áustria (linhagem Victoria), de acordo com determinação da Organização Mundial da Saúde (OMS).

O Ministério da Saúde realiza a vacinação contra a Influenza nas Regiões Nordeste, Centro-Oeste, Sul e Sudeste a partir de 7 de abril de 2025, e prevê a realização do dia "D" de divulgação e mobilização nacional para o dia 10 de maio de 2025.

A campanha de vacinação será realizada em dois momentos:

Primeiro semestre: março/abril, nas regiões Nordeste, Centro-Oeste, Sudeste e Sul;

Segundo semestre: setembro, na Região Norte, alinhando-se ao período de maior circulação viral na região.

Os grupos prioritários definidos para a campanha de vacinação de 2025 contra Influenza são:

- Trabalhador da Saúde;
- Puérperas até 45 dias após o parto;
- Professores de ensino básico e superior;
- Povos indígenas;
- 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;

bradesco saúde
Com Você. Sempre.

- 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.

_ATENÇÃO

A vacina contra a gripe estará disponível, a partir de 2025, em todas as salas de vacinação do país, o ano todo, e não apenas durante as campanhas sazonais para o seguinte público:

- Crianças de seis meses a menores de 6 anos;
- Gestantes;
- Idosos a partir de 60 anos.

Esquema vacinal para influenza por idade:

Idade	N.° de doses	Observações
Crianças de 6 meses a 2 anos	1 ou 2 doses*	Intervalo de 30 dias após receber a primeira dose. Deverão ser administradas duas doses para crianças vacinadas pela primeira vez.
Crianças de 3 a 8 anos	1 ou 2 doses*	Intervalo de 30 dias após receber a primeira dose. Deverão ser administradas duas doses para crianças vacinadas pela primeira vez.
Pessoas a partir de 9 anos de idade	Dose única anual	-

Fonte: CGICI/DPNI/SVSA/MS.

*Os menores de 9 anos de idade, que irão receber a vacina pela primeira vez, deverão receber duas doses da vacina influenza com intervalo mínimo de 30 dias entre as doses.

bradesco saúde
Com Você. Sempre.

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 às vacinas. Esse fenômeno não ocorre com uso de corticosteroides como terapia de reposição, em tratamentos sistêmicos de curto prazo (menos de duas semanas) ou por outras vias de administração que não causem imunossupressão.

bradesco saúde
Com Você. Sempre.

_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 42 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.

É contraindicada a administração da vacina contra influenza em crianças menores de 6 meses de idade.

_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.

bradesco saúde
Com Você. Sempre.

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

bradesco saúde
Com Você. Sempre.

Referências bibliográficas:

1 - Ministério da Saúde. Vacina da gripe para crianças entra no Calendário Nacional de Vacinação. Publicado em 28/02/2025. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2025/fevereiro/vacina-da-gripe-para-criancas-entra-no-calendario-nacional-de-vacinacao> Acesso 13 de março de 2025.

2 - Governo do Estado de São Paulo. Coordenadoria de Controle de Doenças. Publicado em 08/02/2025. Disponível em:< https://saude.sp.gov.br/coordenadoria-de-controle-de-doencas/noticias/08022025-tomei-a-vacina-da-gripe-recentemente-preciso-tomar-de-novo-em-2025-butantan-explica> Acesso 13 de março de 2025.

3 - Portal do Butantan. Publicado em: 05/02/2025. Disponível em:<https://butantan.gov.br/noticias/tomei-a-vacina-da-gripe-recentemente-preciso-tomar-de-novo-em-2025-especialista-do-butantan-explica> Acesso 13 de março de 2025.

4 - OMS. Influenza (seasonal). Published 28 February 2025. Disponível em:<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/influenza-(seasonal)> Acesso 13 de março de 2025.

5 - Ministério da Saúde. Vacinação contra gripe na região Norte continua até julho deste ano. Publicado e atualizado em 31/01/2025. Disponível em:<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2025/janeiro/vacinacao-contra-gripe-na-regiao-norte-continua-ate-julho-deste-ano> Acesso 14/03/2025.

6 - Ministério da Saúde. Informe SE 10 de 2025 | Vigilância das Síndromes Gripais Influenza, covid-19 e outros vírus respiratórios de importância em saúde pública | Edição ampliada. Atualizado em 14/03/2025. Disponível em:<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/c/covid-19/publicacoes-tecnicas/informes/informe-se-10-de-2025.pdf/view> Acesso 14/03/2025.

7 - Ministério da Saúde. Aprenda a diferenciar os sintomas da dengue e da gripe. Publicado e atualizado em Atualizado em 14/02/2024. Disponível em:< https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2024/fevereiro/aprenda-a-diferenciar-os-sintomas-da-dengue-e-da-gripe> Acesso 14/03/2025.

8 - Ministério da Saúde. Gripe (Influenza). Disponível em:< https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/g/gripe-influenza> Acesso 14/03/2025.

9 - Sociedade Brasileira de Imunizações. Nota Técnica de 18 de março de 2025. Vacinas influenza no Brasil em 2025. Disponível em:< https://sbim.org.br/images/NT-SBIm-vacinas-influenza-2025-250318.pdf_2025-03-18.pdf> acesso 19/03/2025.

10 - Ministério da Saúde. Ministério da Saúde começa a distribuir 35 milhões de doses da vacina contra a gripe. Disponível em:< https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2025/marco/ministerio-da-saude-comeca-a-distribuir-35-milhoes-de-doses-da-vacina-contra-a-gripe#:~:text=A%20vacina%20contra%20influenza%20de,anafilaxia%20grave%20ap%C3%B3s%20doses%20anteriores> Acesso 24/03/2025.

11 - Ministério da Saúde. ESTRATÉGIA DE VACINAÇÃO CONTRA A INFLUENZA NAS REGIÕES NORDESTE, CENTROOESTE, SUL E SUDESTE/2025. Disponível em:< https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/influenza/estrategia-de-vacinacao-contra-a-influenza-na-regiao-nordeste-centro-oeste-sul-e-sudeste-2025> Acesso 24/03/2025.

bradesco saúde

Com Você. Sempre.

bradescosaude.com.br

Siga a Bradesco Saúde nas redes sociais:

Conteúdo desenvolvido pelo departamento médico da Bradesco Saúde.

Maio/2025

ANS - nº 421715

ANS - nº 005711

mktgbs