

cif.

Centro de
Informações
Farmacêuticas



Conselho Regional de Farmácia de Minas Gerais

Rua Urucuia, 48 - Floresta - Belo Horizonte/MG

Cep: 30150-060

Tel.: (31) 3218-1000 Fax.: (31) 3218-1001

www.crfmg.org.br

 /crfminas

GRUPE HINI

GRIPE H1N1



A gripe H1N1 é uma doença causada por uma mutação do vírus da gripe. Também conhecida como gripe Influenza tipo A ou gripe suína. Os sintomas da gripe H1N1 são bem parecidos com os da gripe comum e a transmissão também ocorre da mesma forma. O problema da gripe H1N1 é que ela pode levar a complicações de saúde muito graves, podendo ser fatal. O vírus vive por duas a oito horas em superfícies e lavar as mãos com frequência ajuda a reduzir as chances de contaminação.

O H1N1 pode ser transmitido do mesmo modo que a transmissão da gripe comum. Os vírus se disseminam de pessoa para pessoa, especialmente através de tosse ou espirros das pessoas infectadas. Algumas vezes, elas podem

se infectar tocando objetos que estão contaminados com os vírus da influenza e depois tocando sua boca ou o nariz.

Nas crianças pequenas que convivem em ambientes fechados em parte significativa do tempo, a transmissão do vírus entre elas fica facilitada. Os bebês não amamentados ao seio são mais propensos a pegar a gripe do que os bebês que são amamentados. O risco de complicações da gripe H1N1 é maior em crianças menores.

A aglomeração em berçários, creches ou salas de aula facilita a transmissão do vírus entre crianças vulneráveis. A melhor maneira de protegê-las contra influenza sazonal e potenciais complicações graves é a vacinação anual contra influenza, que é recomendada a partir do 6º mês de vida até cinco anos.

A PREVENÇÃO CONTRA A GRIPE H1N1 SEGUE AS MESMAS REGRAS DA PREVENÇÃO DE QUALQUER TIPO DE GRIPE, QUE INCLUEM:

- evitar manter contato muito próximo com uma pessoa que esteja infectada;
- lavar sempre as mãos com água e sabão e evitar levar as mãos ao rosto e, principalmente, à boca;
- sempre que possível, ter um frasco com álcool-gel para garantir que as mãos sempre estejam desinfetadas;
- manter hábitos saudáveis, alimentar-se bem e beber bastante água;
- não compartilhar utensílios de uso pessoal, como toalhas, copos, talheres e travesseiros;
- caso haja indicação, utilizar uma máscara para proteger-se de gotículas infectadas que possam estar no ar;
- evitar frequentar locais fechados ou com muitas pessoas.

A vacinação é uma estratégia de prevenção da gripe H1N1. Ela é capaz de promover imunidade durante o período de maior circulação dos vírus influenza reduzindo o risco de formas graves da doença. No geral, confere proteção de seis a doze meses.

O tratamento da gripe H1N1 é feito principalmente com o objetivo de aliviar os sintomas e ajudar o corpo a se recuperar mais rápido. Uma vez com gripe, deve-se procurar ajuda do médico sempre, pois esta doença pode causar complicações graves como pneumonia e morte. O médico irá avaliar e definir o tratamento adequado que, normalmente envolve o uso de medicamentos e de cuidados em casa, como beber bastante água para prevenir a desidratação, descansar e evitar o contato com outras pessoas, a fim de evitar a transmissão.

O período de transmissão do vírus em crianças é de até 14 dias, enquanto que nos adultos é de até sete dias. A doença pode começar a ser transmitida até um dia antes do início do surgimento dos sintomas. O período de maior risco de contágio é quando há sintomas, sobretudo febre.