

VACINAÇÃO CONTRA A GRIPE

O que é gripe ?

A gripe , também conhecida por influenza, é uma infecção do sistema respiratório causada por um vírus.

A doença inicia-se com febre alta, em geral acima de 38°C, seguida de dor muscular, dor de garganta, dor de cabeça e tosse seca.

É frequentemente confundida com outras viroses respiratórias, por isso o seu diagnóstico correto só é feito mediante exame laboratorial específico.

Qual a diferença entre resfriado, gripe comum e gripe H1N1

SINTOMAS	RESFRIADO	Gripe Comum	Gripe H1N1
Febre	Baixa ou ausente	Não chega a 39°C	Mais de 39°C com início súbito
Dor de cabeça	Leve ou ausente	Moderada	Intensa
Calafrios	Raros	Esporádicos	Frequentes
Cansaço	Leve	Moderado	Extremo
Dor de garganta	Moderada	Intensa	Leve
Tosse	Leve a moderada	Moderada	Contínua e seca
Catarro	Moderado	Forte e com congestão nasal	Pouco comum
Dores musculares	Leve	Moderada	Intensa
Ardência nos olhos	Leve	Leve	Intensa

Como a gripe é transmitida?

O vírus da gripe propaga-se principalmente por gotículas de saliva quando as pessoas com gripe espirram, tosse ou falam. Essas gotículas podem atingir a boca ou o nariz de pessoas que estão próximas, contaminando-as. Também, pode-se contrair a gripe ao tocar em uma superfície ou objeto que tenha o vírus da gripe.

Quais são as complicações da gripe?

As complicações da gripe podem incluir a pneumonia bacteriana, otite, sinusite, desidratação e agravamento de doenças crônicas, como insuficiência cardíaca, asma ou diabetes.

O vírus da gripe circula o ano inteiro?

A maior circulação dos vírus da gripe ocorre anualmente no outono e inverno em regiões temperadas. Em alguns países tropical, os vírus da gripe circula por todo o ano com um ou dois picos durante a estação chuvosa.

Devemos tomar a vacina contra a gripe mesmo se já fomos vacinados anteriormente?

Sim, porque a proteção diminui com o passar do tempo. Esse declínio ocorre após a vacinação ou após a infecção pelo vírus da gripe. Portanto, para uma ótima proteção contra a gripe, é recomendada a vacinação anual, independente da mudança dos vírus recomendados na vacina.

Quem pode contrair gripe?

Qualquer pessoa pode contrair a gripe, mesmos as pessoas saudas. A gripe pode ser transmitida 1 dia antes do início dos sintomas e até 5 dias após. Algumas pessoas estão sob risco aumentado de desenvolver complicações caso sejam infectadas pela gripe, como por exemplo idosos, crianças pequenas, cardiopatas, pneumopatas ou portadores de doenças renais.

Como posso me proteger?

A prevenção da gripe consiste em medidas relativamente simples: vacinação e cuidados básicos de higiene. O objetivo da vacinação é fazer com que a pessoa não contraia a infecção ou, se isso não for possível, que tenha um quadro mais leve da doença, com menor risco de complicações. A vacinação deve ser repetida anualmente e deve ser feita especialmente nos grupos de risco (idosos, crianças e doentes crônicos).

Qual é o efeito protetor?

O efeito protetor da vacina contra gripe tem início após um período de 7 a 10 dias após a aplicação e persiste por um período aproximado de 1 ano.

Em relação à eficácia, entre os indivíduos com idade inferior a 65 anos que recebem a vacina, 70 a 90% estão completamente protegidos contra a doença.

Quando se utiliza a vacina em anos consecutivos há um aumento da resposta imunológica para produção de anticorpos, melhorando ainda mais a eficácia da vacina.

A vacina protege somente contra a gripe, não havendo vacina contra o resfriado comum, que é uma doença diferente e de sintomas mais suaves, caracterizados por corrimento nasal, habitualmente com febre baixa, e um pouco de irritação de garganta.

Existem outras maneiras de impedir a propagação da doença?

As ações cotidianas de proteção são de grande importância;

. Cubra o nariz e a boca com um lenço quando tossir ou espirrar e jogue o lenço no lixo depois de usá-lo.

. Lave as mãos frequentemente com água e sabão, especialmente depois de tossir ou espirrar. Se o sabão e a água não estiverem disponíveis, use álcool gel a 70%.

. Evite tocar seus olhos, nariz ou boca, os vírus podem se propagar desta maneira.

. Se estiver doente, evite frequentar ambientes fechados e aglomerações, além de evitar contato especialmente com crianças e portadores de doenças crônicas.

Referências

Ministério da saúde

Laboratório [GlaxoSmithKline](#)

