

Informação sobre a Gripe A



O que é a Gripe A?

- A gripe A (H1N1) é uma doença respiratória que se encontra habitualmente nos porcos, ainda que também possa surgir nos seres humanos.
- A gripe A é um novo tipo de gripe que é diferente da gripe normal. Isto significa que a maioria das pessoas não tem imunidade contra o mesmo e que se pode propagar muito rapidamente de pessoa em pessoa.
- O vírus também é conhecido como influenza A (H1N1).

É diferente a gripe A da gripe normal?

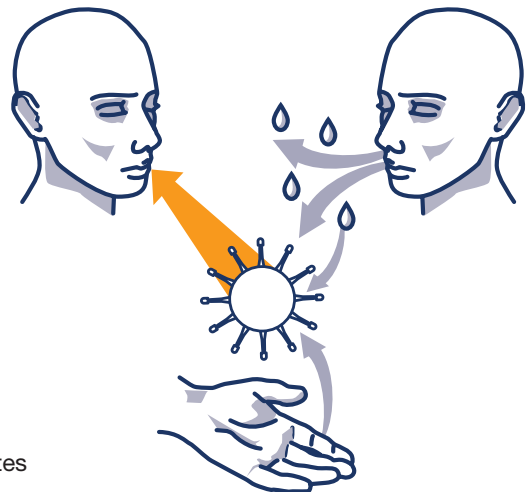
- Os sintomas da gripe A são semelhantes aos da gripe normal. A maioria das pessoas não apresenta imunidade contra a gripe A, sendo assim, toda a gente corre o risco de se contagiar, incluindo pessoas saudáveis, os jovens, idosos e as crianças.
- Devido ao facto da maioria das pessoas não apresentar imunidade, o surto poderia converter-se numa pandemia, isto é, um surto mundial que se propaga rapidamente.

Em 2006 abundaram notícias sobre a gripe aviária. Deve estar-se mais preocupado com a gripe A?

- É possível que sim. As pessoas que se contagiaram com a gripe aviária foram infectadas por aves e não por outras pessoas.
- O novo tipo de gripe A é uma estirpe diferente do vírus. Pode transmitir-se rapidamente de pessoa em pessoa, o que faz com que aumente o risco de que se converta numa pandemia.

Como se contagia uma pessoa com gripe A?

- Os vírus da gripe são minúsculos. Propagam-se entre as pessoas sob a forma de pequenas gotas de líquido que saem do nariz e da boca quando tossimos ou espirramos. Estas gotinhas podem entrar noutras pessoas que ficam contaminadas com o vírus.
- As gotinhas de líquido também se podem encontrar em superfícies que estão em contacto com o doente. Também podem contagiar-se pessoas que toquem nas ditas superfícies e que depois levam as mãos à cara.
- Todos os vírus da constipação e da gripe se propagam da mesma maneira incluindo a gripe A.



Quais são os sintomas da gripe suína?

- Os sintomas da gripe A são semelhantes aos da gripe normal.
- Trata-se de uma doença febril acompanhada de um ou mais dos seguintes sintomas: TOSSE, DOR DE GARGANTA, MUCOSIDADE, DOR NAS EXTREMIDADES/ARTICULAÇÕES, DOR DE CABEÇA;

Que devo fazer se acho que tenho gripe A?

- Se pensa que pode ter a gripe A, permaneça em casa e contacte o seu médico de família para se aconselhar.
- Não vá ao médico a não ser que lhe digam para o fazer, porque poderá contagiar outras pessoas com a doença;
- Tome medicamentos como a aspirina, ibuprofeno ou paracetamol para aliviar os sintomas, excepto nas crianças com menos de 16 anos;
- Beba muitos líquidos e repouse;

O que posso fazer se não tenho a certeza de que estive em contacto com uma pessoa que tenha gripe A mas tenho os mesmos sintomas da gripe?

- Permaneça em casa e consulte o seu médico de família;

Como tratam os médicos a gripe A?

- Se pensa ter a gripe A, o seu médico irá fazer-lhe algumas perguntas para decidir se se trata de gripe A
- O seu médico poderá pedir amostras da mucosidade do nariz e garganta e receitar-lhe fármacos que podem ajudar a recuperar mais rapidamente e a reduzir o risco de complicações;
- Poderá dar-lhe um fármaco antiviral dentro das 48 horas após o aparecimento dos sintomas de modo a conseguir melhores resultados;

Que posso fazer para evitar a sua propagação?

- Uma boa higiene é muito importante para se proteger a si mesmo e a outros da gripe A;
- As máscaras de protecção evitam que se infecte;

Boa higiene para deter a propagação dos germes

- Tenha sempre lenços de papel;
- Use lenços limpos para tapar a boca e o nariz quando espirra;
- Deite os lenços no lixo depois do seu uso;
- Lavar as mãos com sabão e água quente;
- Limpar com frequência as superfícies duras, usando um produto de limpeza normal com um pano descartável;
- Assegure-se de que os seus filhos seguem os mesmos conselhos;



Que medidas tem tomado o Governo?

- Os governos e os médicos têm estado a fazer previsões para uma pandemia de gripe durante muitos anos. Os cientistas possuem muito conhecimento sobre os tratamentos e sobre como parar a propagação do vírus.
- A Organização Mundial de Saúde (OMS) está a supervisionar os casos de gripe A que há em todo o mundo e proporciona actualizações diárias a todos os governos.

Se tomei a vacina da gripe sazonal estou protegido?

- Se tomou a vacina da gripe sazonal não está protegido contra a gripe A, uma vez que a gripe A é um tipo diferente de vírus;
- Os cientistas estão a trabalhar no sentido de desenvolver uma vacina contra a gripe A, o que poderá levar vários meses para se fabricar;

É aconselhável viajar para o México?

- Deve informar-se no Ministério dos Negócios Estrangeiros através das autoridades sanitárias sobre qual a situação antes de viajar para o México ou outro país que tenha sido afectado pela gripe A;
- Se viajou para um país afectado, não há necessidade de ser isolado mas vigie bem a aparição de sintomas.

Posso ficar contagiado por comer carne de porco?

- Não será contagiado por comer carne de porco ou os seus derivados;

Que mais devo fazer?

- Assegurar-se de que está informado das últimas recomendações.
- Esteja atento às notícias na televisão e na imprensa;
- Pense em quem poderia obter os medicamentos ou mesmo comprá-los se você ou a sua família ficarem doentes;

Link útil

- Organização Mundial da Saúde: www.who.int/csr/disease/swineflu

Linha Nacional de Apoio /
página web:

Endereço do Médico: