

# A Gripe e os outros Vírus

Ricardo Mexia

Centro Ciência Viva de Lagos – 11 Fev 2015



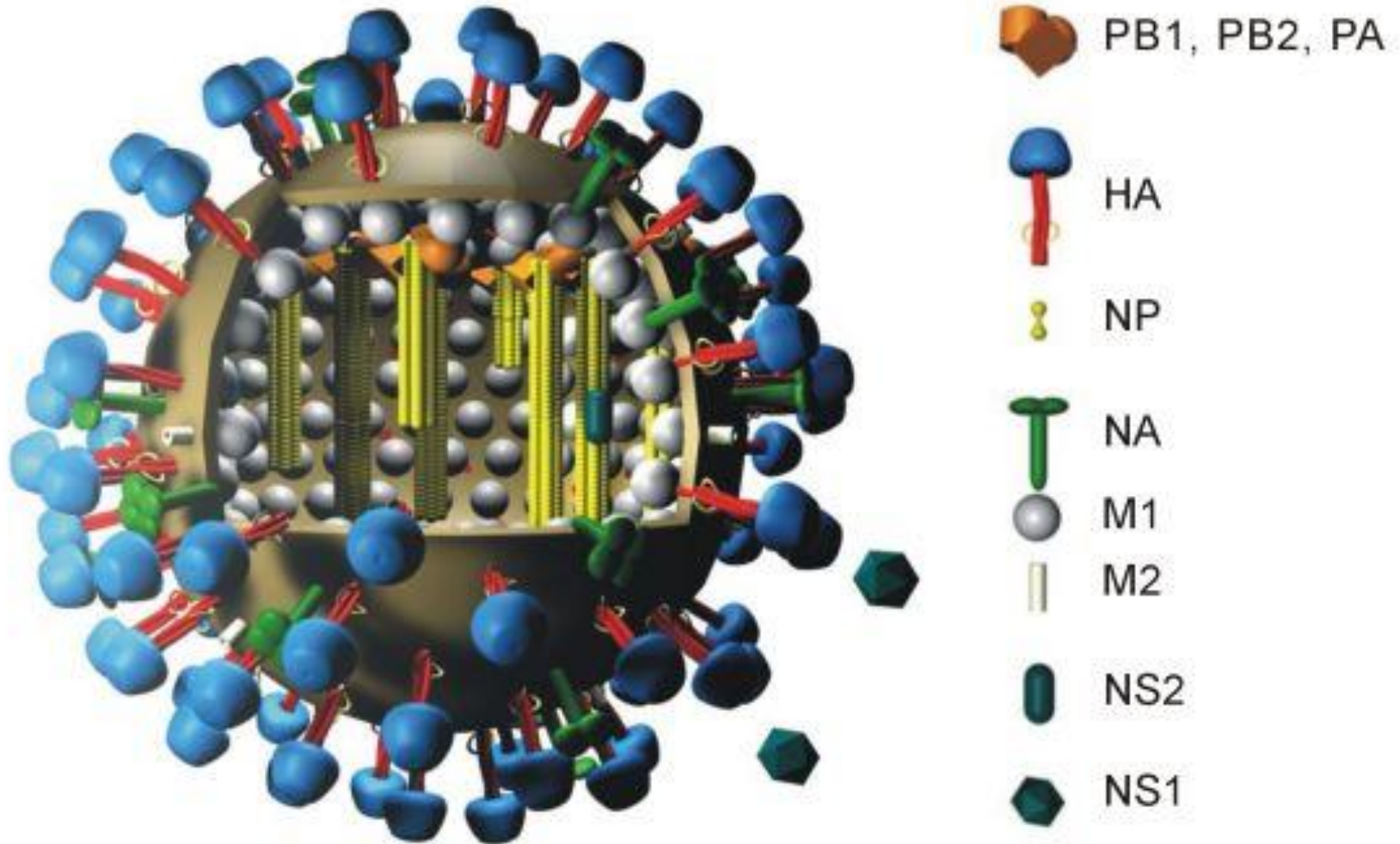
# Instituto Ricardo Jorge

- Fundado em 1899
- Tripla missão
  - Laboratório do Estado no sector da saúde
  - Laboratório Nacional de Referência
  - Observatório Nacional de Saúde.
- Mais de 400 funcionários
- Unidades operativas:
  - Lisboa (Sede)
  - Porto (Centro de Saúde Pública Doutor Gonçalves Ferreira)
  - Águas de Moura (CEVDI Doutor Francisco Cambournac).

# Gripe

- *Vírus Influenza*
- Doença de curta duração (até 3 a 4 dias)
- Sintomas ligeiros ou moderados
- Evolução benigna e recuperação completa em 1 ou 2 semanas.
- Nas pessoas idosas e nos doentes crónicos
  - Recuperação mais longa e risco de complicações
    - pneumonia
    - descompensação da doença de base (asma, diabetes, doença cardíaca, pulmonar ou renal).

# Vírus da Gripe



# Sintomas

- No adulto
  - **início súbito** de mau estar, febre alta, dores musculares e articulares, dores de cabeça e tosse seca. Pode também ocorrer inflamação dos olhos.
- Nas crianças
  - nos bebés: febre e prostração
  - sintomas gastrintestinais (náuseas, vómitos, diarreia) e respiratórios (laringite, bronquiolite)
  - otite média pode ser uma complicação frequente no grupo etário até aos 3 anos.

# Gripe?

- Nem tudo o que parece (gripe) é!
- Mas apesar de não ser, a abordagem é genericamente a mesma!



Sintomas	Constipação	Gripe
<b>Febre</b>	Raramente	Elevada; 3-4 dias
<b>Dor de cabeça</b>	Raramente	Forte
<b>Dor no corpo</b>	Ligeira	Frequentemente; por vezes intensa
<b>Fadiga, fraqueza</b>	Ligeira	Pode durar 2-3 semanas
<b>Exaustão</b>	Nunca	Intensa e surge no início
<b>Nariz entupido e espirros</b>	Frequentemente	Por vezes
<b>Garganta inflamada</b>	Frequentemente	Por vezes
<b>Tosse, sensação de "peso" no peito</b>	Ligeira a moderada; tosse seca	Frequente; pode tornar-se grave
<b>Complicações</b>	Congestão dos seios nasais ou dor de ouvidos	Bronquite, pneumonia; eventualmente fatal
<b>Prevenção</b>	Nenhuma	Vacinação anual

# Boletim de Vigilância Epidemiológica da Gripe

Época 2014/2015

Semana 04 - de 19/01/2014 a 25/01/2015

- Saber o que se passa em tempo real
  - Rede Médicos Sentinela
  - Vigilância virológica
  - Unidades de Cuidados Intensivos
  - Mortalidade
  
  - Linha S24
  - Gripenet

# Que outros vírus?

- Adenovírus
- Coronavírus humano
- Enterovírus humano
- Metapneumovírus humano
- Parainfluenzavírus
- Vírus Sincicial Respiratório
- Rinovírus humano

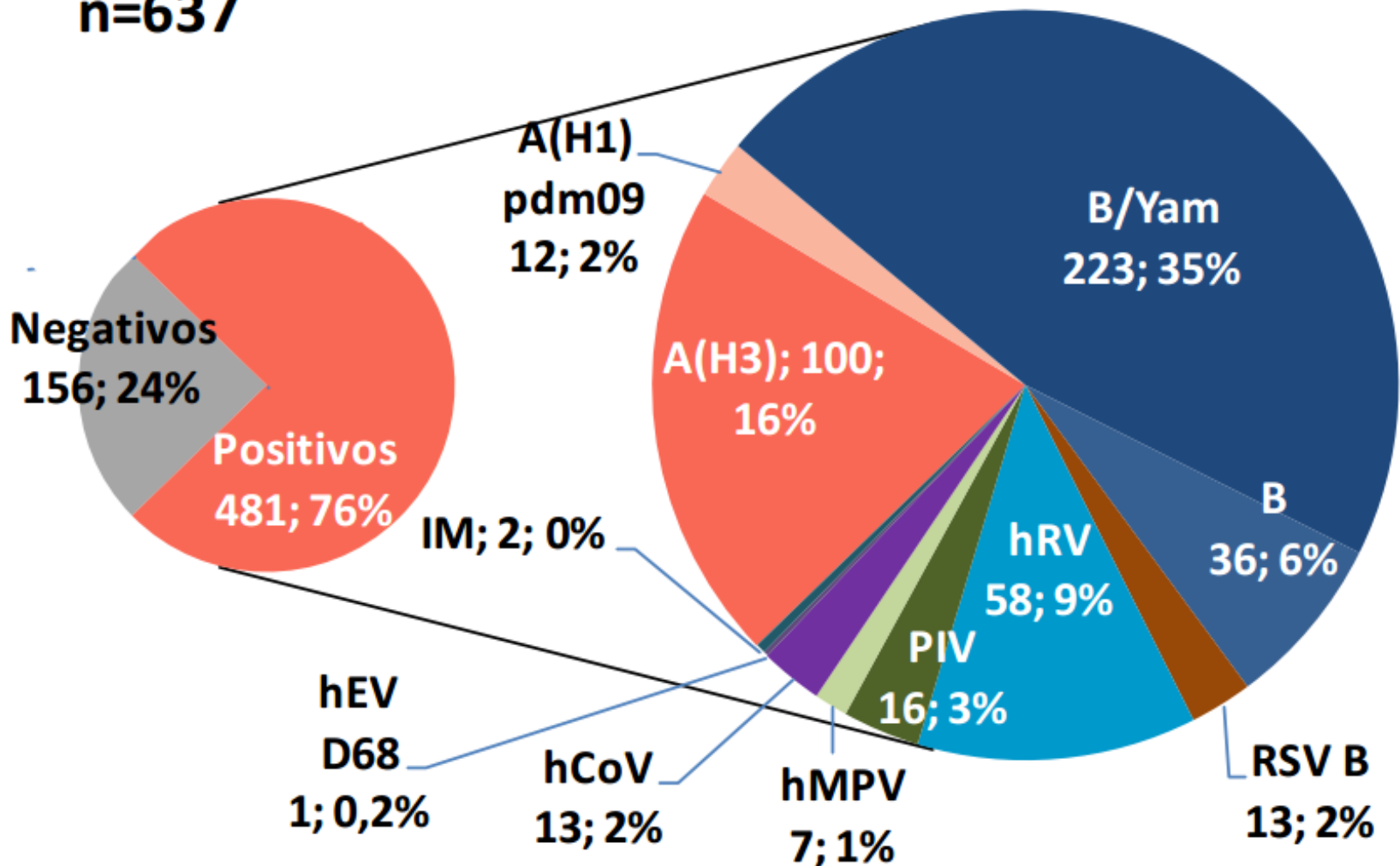
# Outros vírus em 2014/15

(até semana 5, n=637)

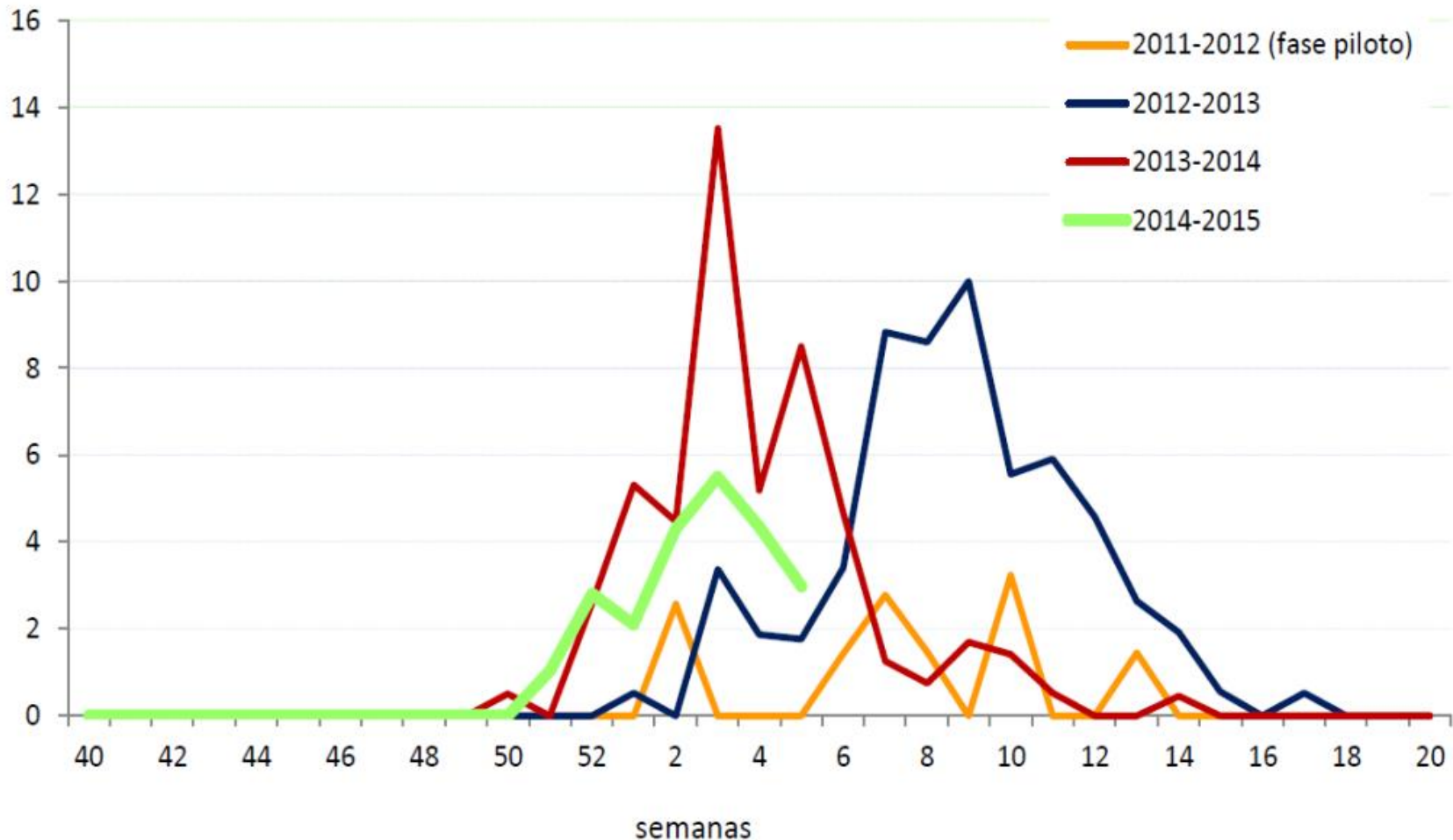
- Influenza (371)
- Rinovírus humano (58)
- Parainfluenzavírus (16)
- Vírus Sincicial Respiratório (13)
- Coronavírus humano (13)
- Metapneumovírus humano (7)
- Enterovírus humano (1)

# Pesquisa de Vírus Respiratórios\_2014/2015

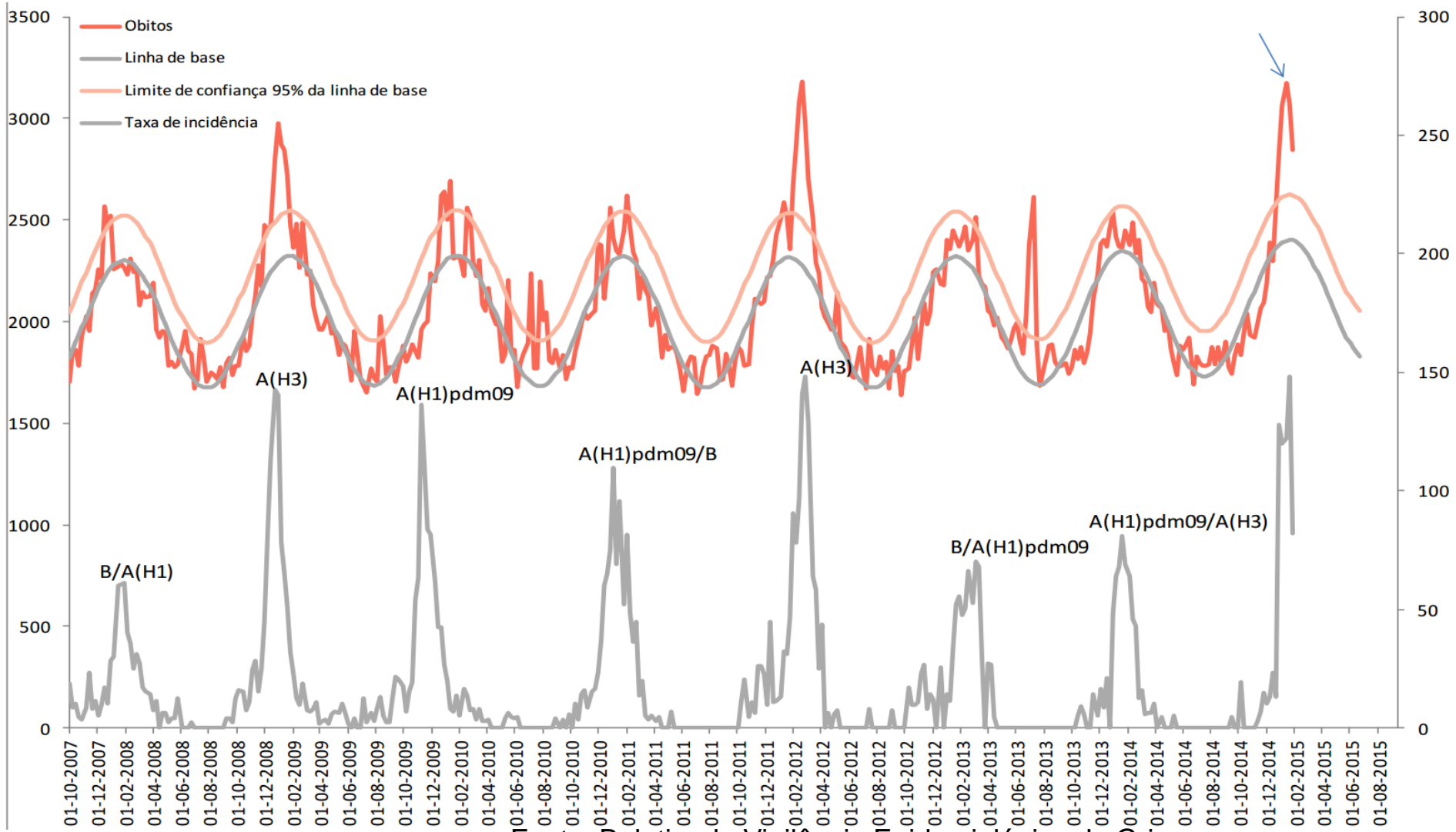
n=637



# Unidades de Cuidados Intensivos



# Mortalidade



Fonte: Boletim de Vigilância Epidemiológica da Gripe

# Vacina contra gripe

- Segura
- Gratuita (e sem taxa moderadora) para:
  - mais de 65 anos
  - pessoas vulneráveis residentes ou internadas em instituições
- Eficaz
  - Protege contra 3 subtipos
  - Varia anualmente (nem sempre se “acerta”)

# Evite transmitir a gripe (e os outros vírus)!

- Reduza o contacto com outras pessoas
- Lave frequentemente as mãos
- Use lenços de papel de utilização única
- Ao espirrar ou tossir, proteja a boca
- Se tiver dúvidas, telefone para
  - Linha Saúde 24 808 24 24 24

# 2 gestos fazem a diferença

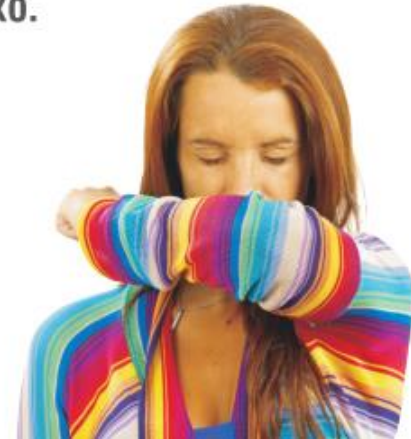
## 1 Lave as mãos

- Muitas vezes, com água e sabão.
- Quando se assoar, espirrar ou tossir.



## 2 Tape o nariz e a boca quando espirrar ou tossir

- Com um lenço de papel ou com o braço. Nunca com as mãos!
- Os lenços de papel devem ser deitados no lixo.



# Obrigado!

[ricardo.mexia@insa.min-saude.pt](mailto:ricardo.mexia@insa.min-saude.pt)

- Início súbito
- Mais 1 dos seguintes sintomas:
  - Febre ou febrícula
  - Mal-estar, debilidade, prostração
  - Cefaleia
  - Mialgias ou dores generalizadas
- Mais 1 dos seguintes sintomas sistémicos:
  - Tosse
  - Dor de garganta ou inflamação da mucosa nasal ou faríngea
  - Dificuldade respiratória