

VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA

ve@saude-rioclaro.org.br
Telefone: 3532-3720



PREFEITURA DE
RIOCLARO
www.rioclaro.sp.gov.br

Fundação / Secretaria Municipal de Saúde

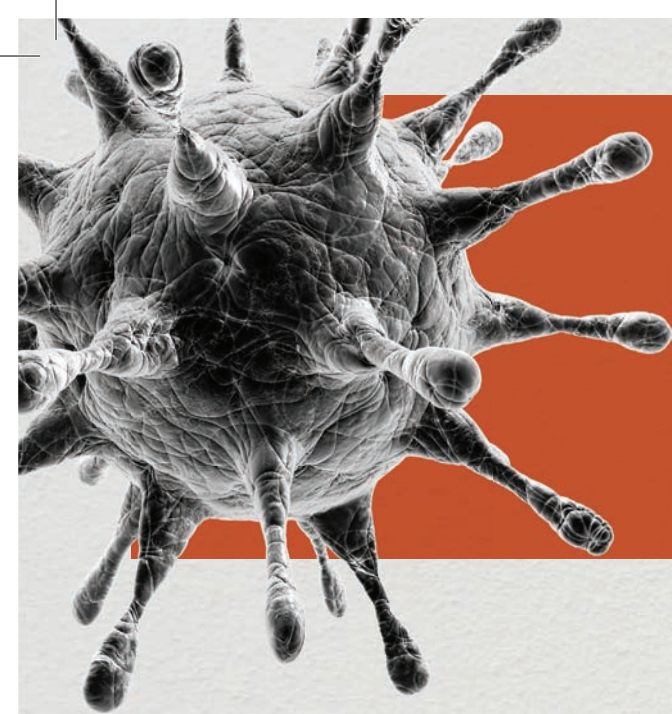
www.saude-rioclaro.org.br



GRIPE

H1N1 E OUTROS VÍRUS INFLUENZA

CUIDADOS E PREVENÇÃO



O VÍRUS

A gripe é causada por vários subtipos do vírus influenza. O H1N1 é um subtipo do vírus influenza A, que causa a gripe. Existem 3 tipos de vírus influenza: A, B e C. O tipo C é o mais comum, causando apenas infecções respiratórias brandas, já os tipos A e B são os mais fortes, causando as grandes epidemias anuais.

TRANSMISSÃO

A transmissão ocorre a partir de pessoas contaminadas e pode ser direta: através de secreções das vias respiratórias ao falar, espirrar ou tossir; ou indireta: por exemplo, ao tocar uma superfície que tenha sido contaminada pela secreção do doente e depois colocar a mão na boca, nariz ou olhos.

COMPLICAÇÕES

A gripe (H1N1 e outros vírus influenza) pode infectar qualquer pessoa, mas alguns estão mais sujeitos a desenvolverem complicações graves, como: gestantes, pessoas com mais de 60 anos ou menos de 2, pessoas que possuam doenças crônicas (especialmente respiratória, cardiopatia, obesidade, diabetes descompensada) e pessoas com Síndrome de Down.



CUIDADOS

Se você apresentar febre, tosse ou dor de garganta, saiba que estes podem ser sintomas de gripe (H1N1 e outros vírus influenza), por isso, tome estes cuidados:



1 Procure atendimento médico e informe os sintomas na recepção da unidade de saúde.

Evite aglomerações e ambientes fechados para reduzir o risco de transmissão.



3 Se possível, permaneça em casa até 24h após o desaparecimento dos sintomas.

Alimente-se bem e mantenha hábitos saudáveis.



5 Cubra sempre o nariz e a boca ao tossir ou espirrar (use lenços descartáveis ou proteja com o braço/antebraço). Lave as mãos imediatamente.

Lave as mãos com frequência com água e sabão ou utilize álcool em gel.



7 Não compartilhe alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal.

VACINA

A vacina contra a gripe é segura, eficaz e está disponível gratuitamente no SUS para:

- Crianças de 6 meses a menores de 5 anos de idade
- Pessoas com mais de 60 anos de idade
- Pessoas com doenças crônicas
- Gestantes e mulheres até 45 dias após o parto
- Trabalhadores da saúde

INFORME-SE NA UNIDADE DE SAÚDE MAIS PRÓXIMA DA SUA CASA.

