

# Gripe



## O QUE É GRIPE?

Gripe é uma doença infecciosa das vias aéreas respiratórias causada pelo vírus influenza. Existem algumas espécies desse vírus, como por exemplo o vírus Influenza A que é o subtipo mais prevalente nos seres humanos, e o causador da atual gripe suína (H1N1).

A doença geralmente é transmitida por partículas que contêm o vírus e propagam-se pelo ar através de tosse ou espirros, mas também pode ocorrer através do contato direto de pele, saliva, catarro ou superfícies contaminadas.



## QUAIS SÃO OS SINTOMAS?

Os sintomas geralmente são febre, dor muscular, fraqueza, mal-estar, coriza ou congestão nasal (nariz obstruído ou escorrendo), dor de cabeça, dor de garganta, tosse seca, congestão ocular (olhos vermelhos), tontura e fraqueza.

A febre tende a durar em torno de 3 dias, acompanhada de mal estar, indisposição e dor no corpo, após esse período os sintomas respiratórios, como tosse, tendem a permanecer por mais alguns dias e na grande maioria das vezes cessam espontaneamente após 7 dias.

**Pessoas fumantes  
apresentam maior  
susceptibilidade  
para contrair  
a gripe**

## EXISTE DIFERENÇA ENTRE GRIPE E RESFRIADO?

O resfriado também é uma doença respiratória causada por vírus, na grande maioria pelo rinovírus, e o quadro clínico tende a ser mais brando, com coriza, tosse e espirros, não costuma apresentar febre e um pouco menos de indisposição.

A gripe, como já foi dito acima, geralmente causada pelo Vírus Influenza e seus subtipos, tende a apresentar um quadro clínico com febre e mal-estar geral.

## COMO TRATAR?

Pessoas saudáveis - orienta-se apenas descanso, ingestão maior de líquidos e uso de medicações para alívio de febre e dor ( como o paracetamol e a dipirona).

Crianças, idosos e pessoas que já tenham problemas pulmonares são mais suscetíveis a complicações e devem procurar auxílio médico.

O antibiótico não tem qualquer efeito sobre a gripe e só devem ser usados caso o a pessoa apresente uma pneumonia ou outra complicação causada por bactérias e diagnosticada pelo seu médico.

O uso de antivirais só são indicados em casos mais graves da doença.

## COMO POSSO ME PREVENIR?

A vacinação anual contra a gripe pode reduzir a chances de contágio apesar de não ser totalmente eficaz devidos a grande variedade de subtipos e mutações ocorridas pelo vírus a todo ano, porém pode prevenir de 70-90% dos casos de gripe. Mas não protege contra o resfriado.

A vacina da gripe é feita com vírus inativado no laboratório, por isso a vacinação não pode causar gripe, porém como seu efeito após 15 dias de sua aplicação.

As boas práticas de higiene pessoal podem ser bastante eficientes em reduzir a transmissão como: por as mãos na frente da boca ao tossir ou espirrar, evitar coçar os olhos e o nariz, lavar as mãos com sabonete e principalmente álcool.

Pessoas fumantes apresentam maior suscetibilidade para contrair a gripe.



0800 171618  
[www.sppt.org.br](http://www.sppt.org.br)  
[www.pulmonar.org.br](http://www.pulmonar.org.br)