



H1N1: INFORMAÇÃO E CUIDADOS GERAIS

E lá vem ele de novo... ☹ até antes do tempo!

A edição de 30/03/2016 do Jornal da Cidade de Bauru apresenta de forma completa os sintomas do vírus H1N1 e a sua prevenção:

GRIPE A

O que é H1N1
É um vírus da gripe do tipo A que hoje só infecta humanos

Transmissão
Ocorre pelas secreções das vias respiratórias, ao falar, espirrar ou tossir, e pelas mãos

Sintomas

- Tosse
- Falta de ar
- Dor no torax
- Coriza
- Irritação nos olhos
- Febre alta
- Dores de cabeça, garganta e muscular

Prevenção

- Lavar as mãos sempre
- Cobrir o nariz e a boca ao espirrar ou tossir
- Não compartilhar objetos de uso pessoal
- Manter ambientes arejados

H1N1 x Gripe

- Todos os sintomas da gripe no H1N1 ficam mais fortes, mas as principais diferenças são a **falta de ar** e a **dor no torax**

Notificações e mortes associadas ao H1N1 no Brasil

Ano	Casos	Óbitos
2015	141	36
2016 até 19/3	300	46

Fonte: Ministério da Saúde

Paulo foram registrados 9,7 mil casos e 641 mortes.

Passados sete anos, já se sabe que a gripe causada pelo H1N1 não é mais nem menos perigosa do que as causadas pelas cepas mais comuns em circulação pelo mundo. Os cuidados relativos à prevenção e ao tratamento são os mesmos. [...]

São Paulo está enfrentando sua onda de gripe fora de hora com a seriedade e a serenidade que o momento exige. Há motivo para alerta entre as autoridades de saúde, mas nenhum para pânico entre a população. Vida normal."

Já o Governo do Estado de São Paulo faz um alerta para ficarmos longe do vírus H1N1:

Confira, a seguir, trecho do artigo publicado em abril/2016 pelo médico infectologista e Secretário de Estado da Saúde de São Paulo, **David Uip**, sobre o vírus H1N1:

"Quadros gripais costumam ter evolução benigna. Assim, basta o controle dos sintomas a base de analgésicos e antitérmicos, hidratação, boa alimentação e repouso, que a doença tende a desaparecer em poucos dias.

Mas em alguns casos a infecção pelo vírus Influenza pode trazer complicações, principalmente em pessoas que possuem baixa imunidade ou fazem parte dos grupos mais vulneráveis, como os idosos, crianças, grávidas e doentes crônicos.

Quando o vírus A H1N1 retornou ao mundo em forma de pandemia, em 2009, o susto foi grande. Não havia vacina à época. Somente em São

FIQUE LONGE DA H1N1!

- Higienize as mãos com água e sabão ou com álcool gel depois de tossir ou espirrar, após usar o banheiro e antes de comer
- Evite tocar os olhos, nariz ou boca após contato com superfícies potencialmente contaminadas, como corrimãos, bancos e maçanetas
- Não proteja a tosse e o espirro com as mãos, utilize lenço de papel descartável
- Evite contato com pessoas que apresentem sintomas de gripe
- Se você faz parte de um dos públicos-alvo, tome a vacina contra a gripe

GOVERNO DO ESTADO SÃO PAULO
Secretaria de Saúde

Fique atento: Informação nunca é demais e salva vidas! Previna-se contra a Gripe A!

Fonte do artigo: <http://www.portaldenoticias.saude.sp.gov.br/noticias/artigo-gripe-fora-de-hora/>