

INFLUENZA A (H1N1)

PERGUNTAS E RESPOSTAS

O que é a chamada “gripe suína”?

É uma doença causada por uma variante do vírus Influenza A, conhecido por H1N1.

É correto chamá-la de “gripe suína”?

Não. A gripe foi inicialmente relacionada aos suínos. É importante saber que outros mamíferos, inclusive o ser humano, podem ser afetados pelo vírus. A doença deve ser chamada de Influenza A ou H1N1.

Por que a Influenza A (H1N1) é considerada uma pandemia?

Porque é uma doença contagiosa que se espalhou rapidamente por todo o mundo, atingindo grande número de pessoas, causando mortes e provocando medo.

De que forma o vírus entra no corpo?

Pelo contato direto ou indireto com o vírus, que pode acontecer de várias formas: através da saliva transmitida pela tosse, pelo espirro, pelo beijo, compartilhamento de talheres, copos, pratos, toalhas, maçanetas de portas, teclados de computador, telefones entre outros objetos e superfícies de uso público.

Carne de porco transmite a doença?

Não, não há nenhum risco de contágio. A carne de porco, assim como outros alimentos, ao serem bem cozidos evitam qualquer forma de contaminação.

Quais os sintomas dessa doença?

Os sintomas são muito próximos ao de uma gripe comum: febre alta e repentina, tosse, dor de garganta, acompanhadas ou não de dores na musculatura, nas articulações e na cabeça. Também podem ocorrer dificuldades respiratórias.

Qual a diferença entre um resfriado e a Influenza A (H1N1)?

Sintomas	Resfriado	Influenza A
Febre	Crianças 39° Adultos pouco frequente	Pode elevar-se até 40° Dura de 3 a 4 dias
Dor de cabeça	Raras vezes	Início súbito e intenso
Dores musculares	Leve a moderado	Geralmente intensa
Cansaço e debilidade		Pode durar de 2 a 3 semanas
Decaimento	Leve	Início súbito e intenso
Congestão nasal	Frequente	Algumas vezes
Ardor e/ou dor de garganta		
Tosse	Leve a moderada	Quase sempre



Quantos dias depois do contágio uma pessoa pode manifestar a doença?

Em média, depois de 1 a 7 dias quando adultos e adolescentes e, em média de 2 a 4 dias nas crianças. Nelas o período de manifestação pode se estender até 14 dias.

O que devo fazer ao perceber os sintomas?

Todas as pessoas que perceberem os sintomas, professores, estudantes e funcionários, devem procurar auxílio médico. Não devem tomar remédios sem orientação médica, pois podem ser prejudiciais para a identificação da doença e ao seu tratamento.

O que fazer quando houver um caso suspeito dentro da escola?

No caso de alunos, os pais devem ser comunicados e orientados a procurar ajuda médica. Os alunos doentes devem permanecer em casa sob cuidados médicos, mesmo nos casos não confirmados. Lembramos que os resfriados comuns também exigem cuidados. Os demais profissionais da educação devem procurar auxílio médico.

Como eu posso me prevenir da doença?

Alguns cuidados básicos de higiene devem ser tomados, como: lavar bem as mãos com água e sabão, diversas vezes durante o dia; evitar tocar os olhos, boca e nariz após contato com superfícies e objetos; não compartilhar objetos de uso pessoal, como celulares, batons, lápis de olho, fones de ouvido, bonés, óculos, entre outros; cobrir a boca e o nariz com lenço descartável ao tossir ou espirrar; higienizar as mãos com álcool gel.

O que é melhor: lenço descartável ou de pano?

Dê preferência aos lenços descartáveis. Ao usá-los jogue sempre no lixo. As lixeiras precisam estar visíveis, em variados locais e o lixo deve ser recolhido com maior frequência. No caso específico de alunos com necessidades educacionais especiais, que apresentam salivação excessiva (sialorréia), recomenda-se o uso dos lenços de papel, evitando o uso de toalhas de tecido.

O álcool líquido e em gel tem o mesmo efeito?

Sim. O álcool doméstico pode ser misturado com um pouco de água e utilizado. Você pode misturar três partes de álcool com uma parte de água. Porém, o mais importante é a lavagem das mãos que pode ser feita com água e sabão, sabonete ou detergente.

E as salas de aula: como devem estar?

As salas de aulas e outros ambientes da escola devem estar sempre bem arejados. É importante que o ar circule, portanto, abram as janelas e portas. A casa, o ônibus, o carro e outros espaços também devem estar bem arejados.

É preciso algum cuidado especial ao usar os banheiros?



Sim. Como são espaços de uso coletivo é importante atenção redobrada. A limpeza deve ser constante. As torneiras, válvulas e cordas de descargas, maçanetas e espelhos devem estar sempre higienizados. Os papéis higiênicos devem ser colocados na lixeira. Todos devem lavar as mãos com água e sabão antes e depois da utilização destes espaços.

Quais os cuidados que os alunos e demais pessoas devem ter ao utilizar os meios de transporte para chegar até a escola?

As janelas devem estar abertas de forma a permitir a circulação do ar e garantir a segurança dos passageiros. Os transportes escolares devem ser mantidos sempre limpos e higienizados após cada percurso. As barras de segurança e assentos devem ser limpos com álcool. No caso dos veículos contratados pelos pais é importante que os motoristas sejam orientados quanto aos cuidados a serem tomados.

Podemos usar os bebedouros e torneiras das escolas?

Os bebedouros e torneiras devem ser higienizados com muita frequência. Os alunos não devem tomar água diretamente dos bebedouros ou torneiras. Recomenda-se que cada aluno traga, de casa, seu copo ou garrafa plástica, para uso pessoal. Estes objetos não devem ser emprestados ou compartilhados com os colegas e devem permanecer sempre limpos. A direção da escola deve estar atenta a estas recomendações.

O que fazer com os objetos de uso pedagógico como: bolas, brinquedos didáticos, jogos, livros, entre outros, usados por alunos e professores da pré-escola, dos anos iniciais e finais do ensino fundamental, da educação especial, do ensino médio?

Os professores são responsáveis pelos cuidados com os materiais utilizados durante e após o término de suas aulas. As aulas devem ser planejadas evitando aglomerações, compartilhamento de materiais e sempre que possível devem ser higienizados, por exemplo, borrifando álcool nos objetos de uso cotidiano, ou mesmo lavando com água e sabão.

Quais os cuidados necessários com a merenda escolar?

A escola deve redobrar os cuidados com a limpeza dos utensílios como: copos, pratos, talheres e panelas. A restrição à circulação de pessoas na cozinha, o que já é proibido, deve ser rigorosa. Somente as funcionárias responsáveis pela merenda devem ter acesso à cozinha, devidamente uniformizadas. A merenda deve ser servida sempre pelas funcionárias da cozinha e não pelos próprios alunos ou demais funcionários.

Os alunos devem lavar bem as mãos, com água e sabão, antes e depois das refeições.

O professor deve estar atento e orientar as crianças pequenas que costumam compartilhar alimentos e brinquedos.



**GOVERNO DO PARANÁ
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO**



Os contatos como beijinhos e abraços, entre amigos e colegas de escola, são perigosos?

Sim. Como não podemos saber se as pessoas que não apresentam sintomas, estão ou não com o vírus da Influenza A (H1N1), é importante evitar contatos físicos como beijos, abraços e apertos de mão. Isso não significa que devemos restringir nossas amizades e sim tomar o máximo de precaução. Sempre que achar necessário você pode lavar bem as mãos e o rosto, com água e sabão. No intervalo procure ficar em locais arejados, mesmo quando em grupos.

Lembramos que a prevenção sempre é o melhor caminho.

CENTRO DE INFORMAÇÕES ESTRATÉGICAS E RESPOSTAS DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE (CIEVS):

Telefones para contato:

0800 643 – 8484 (das 8:00 horas às 18:00 horas)

(41) 3330 – 4492 (24 horas)

(41) 3330 – 4493 (das 8:00 horas às 18:00 horas)

E mail: urr@sesa.pr.gov.br

Outros telefones para informações:

www.saude.pr.gov.br (SESA)

<http://portal.saude.gov.br/saude/> ou

http://portal.saude.gov.br/portal/saude/profissional/area.cfm?id_area=1534

(MINISTÉRIO DA SAÚDE)