

Influenza

O que é Influenza?

A influenza, também conhecida como “gripe” ocorre durante todo o ano, mas é mais frequente no outono e no inverno, quando as temperaturas caem, principalmente no Sul e Sudeste do País. Pessoas como idosos, crianças, gestantes e com alguma comorbidade (doença crônica) possuem risco maior de desenvolver complicações devido à influenza.

Como a Influenza é transmitida?

A gripe é transmitida de pessoa para pessoa por meio da fala, tosse ou espirro de pessoas infectadas com o vírus da influenza. Algumas pessoas podem se infectar entrando em contato, por meio das mãos, com objetos contaminados com o vírus da influenza e, em seguida, tocando a boca, nariz ou olhos.

Como prevenir a Influenza?

- Higienização frequente das mãos.
- Utilização de lenços descartáveis para higiene nasal.
- Cobrir nariz e boca quando espirrar ou tossir.
- Evitar tocar mucosas de olhos, nariz e boca.
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas.
- Manter os ambientes bem ventilados.
- Evitar contato próximo a pessoas que apresentem sinais ou sintomas de influenza.
- Evitar aglomerações e ambientes fechados (procurar manter os ambientes ventilados).
- Adotar hábitos saudáveis, como alimentação balanceada e ingestão de líquidos.
- Afastamento temporário dos doentes com Síndrome Gripal (trabalho, escola).
- Vacinação para grupos prioritários que são constituídos pelas pessoas que têm maior risco de apresentar complicações da gripe.

A vacina contra o vírus Influenza é aplicada anualmente em campanhas, nos meses que antecedem o inverno, período de maior transmissão da doença.

(Fonte: https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/saude/vigilancia_em_saude/doencas_e_aqaravos/index.php?p=215168)