



O que você deve saber sobre a Nova Gripe („Gripe suína“)

www.neuegrippe.bund.de

Nova Gripe: o que é isto?

Nova Gripe, também denominada Gripe Suína ou Nova Influenza, é causada pelo Vírus pandêmico da Influenza A (H1N1). Trata-se de uma nova variante de um causador de gripe conhecido. O vírus passa facilmente de uma pessoa a outra. A maioria ainda não desenvolveu um sistema imunizador específico contra o Novo Vírus. No mundo todo contagiam-se muitas pessoas e adoecem. Por isto, fala-se de uma Pandemia.

Até que ponto é perigosa a Nova Gripe?

Até agora a doença se manifesta relativamente amena, mas já houve muitos casos graves, com mortes, nos países atingidos. Com o aumento dos números de doentes aumenta também na Alemanha a probabilidade de casos graves. Além disto, a ação virulenta do vírus pode se fortalecer a por mutação genética.

Como reconhecer a Nova Gripe?

Os sintomas da Nova Gripe assemelham-se àqueles da Gripe comum, a qual surge nos invernos na Alemanha: febre, tosse, dor de cabeça e dos membros, cansaço, falta de apetite. Também podem surgir enjôo, vômito e diarreia.

O contágio acontece de uma pessoa a outra através de espirros. Ou seja, os vírus são transmitidos de uma pessoa a outra através de fala, beijo ou tosse. Também estes vírus transmissores ficam aderentes a superfícies, como maçanetas, campainhas, e chegam pelas mãos nas mucosas do nariz, boca ou olhos.

É de se supor, que os doentes em uma semana podem contagiar outros pela secreção. Supõe-se que algumas pessoas, as quais adoecem da Nova Gripe, já passem a expelir os vírus, antes de surgirem os sintomas.

O tempo de incubação é o tempo do contágio até o surgimento da doença e geralmente acontece em um a dois dias. Porém, pode também durar até quatro dias, semelhante à gripe de estação Influenza.

Quem pertence ao Grupo de Risco?

O risco de adoecer gravemente é especialmente alto em pessoas com doenças crônicas (por exemplo, Asma, Diabetes, etc), pessoas com um sistema imunizador fraco, bem como em grávidas.

O que fazer em casos de a pessoa adoecer?

Se houver suspeitas da Nova Gripe, deve-se observar as seguintes regras:

- **Fique em casa**, a fim de não contagiar outros. Válido especialmente se você trabalhar em locais públicos, como creches ou escolas, ou tomar conta de pessoas idosas e doentes em asilos ou hospitais.
- **Telefone ao seu médico ou médica** e esclareça tudo detalhado sobre os sintomas. Marque uma consulta para providências.
- **Evite contato íntimo** com outras pessoas no caminho ao médico.

O que fazer para proteger a mim e a outras pessoas?

Com algumas medidas simples você pode diminuir os riscos de contágio:

1. Lavar as mãos diariamente e não tocar o rosto.
2. Espirrar e tossir corretamente, quer dizer, manter distância de outros e não tossir nas mãos, mas, no cotovelo ou em lenços de bolso.
3. Atentar para os primeiros sintomas.
4. Em caso de doença, ficar em casa.
5. Aguardar em casa o tempo necessário para sarar da doença.
6. Em caso de doença, evitar contatos corporais, como beijar, abraçar, etc.
7. Arejar salas fechadas, para que o número de vírus diminua no ar.
8. Limpar superfícies em casa diariamente.

Informações completas sobre estas medidas encontram-se em: www.wir-gegen-viren.de

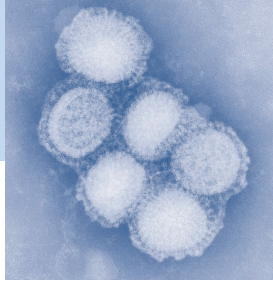


Imagem captada de microscópio eletrônico do vírus da nova gripe A (H1N1)



De que forma a Alemanha está preparada para a Nova Gripe?

A Alemanha está já há muitos anos preparada para uma pandemia de Influenza e desenvolveu planos e recomendações adequadas. Uma medida de proteção da população é a vacinação contra a Nova Gripe.

Em uma pandemia devem ser mantidas as medidas de segurança e providências médicas e deve-se diminuir a preocupação da população. Por isto, é oferecida a vacina primeiramente àquelas pessoas as quais possuem um alto risco de desenvolver a doença ou àquelas as quais, por motivos profissionais, tenham contato com pacientes de risco. Detalhes são obtidos nas Recomendações da Comissão Permanente sobre Vacinação bem como junto aos Serviços Estaduais de Saúde.

A vacinação segue conforme os anunciados públicos.

Para o tratamento da Nova Gripe estão à disposição medicamentos antivirais. Os estados e o governo federal organizaram um estoque de medicamentos antivirais. Estes medicamentos só são vendidos com receita médica e devem ser prescritos pelo médico.

O que se pode fazer com a contínua propagação na Alemanha?

Se você viver só ou no caso de sua família toda adoecer, providencie para que você seja auxiliado por amigos ou vizinhos ou peça apoio a estes.

Para não contagiar outros, é recomendável reduzir os contatos sociais. Muitos, porém, são dependentes de seus parentes. Atente agora para quem, em seu círculo de amigos, possa ser coberto por medidas de proteção e pense na maneira de como ajudá-lo.

Em uma pandemia, pode ter sentido que escolas venham a ser fechadas. Pense agora, como poderiam ser garantidos os cuidados de seus filhos, num caso como este, sem que seja preciso recorrer a um grupo de assistência.

Outras informações

Na Alemanha, a expansão e a evolução da Nova Gripe é intensamente acompanhada. O governo federal provê de forma extensa na internet as informações sobre a situação atual e responde a todas as perguntas importantes acerca da prevenção individual, comportamento em caso de doença, viagens e vacinações. Todas as informações podem ser encontradas em:

www.neuegrippe.bund.de

No telefone do cidadão do Ministério Federal para a Saúde você pode obter informações da Nova Gripe, de segunda à sexta feira, das 8 às 18 horas ("Gripe Suína").

030 346465100

Os serviços de saúde locais fornecem informações, muitos estados federais oferecem ainda uma central de telefone hotline:

| | |
|----------------------|---|
| Baviera : | 089-31 56 01 01 |
| Hamburgo: | 040-4 28 37 37 95 |
| Baixa Saxônia: | 0511-4 50 55 55 |
| Vestfália-Renonorte: | 0180-3 10 02 10 * |
| Renânia-Pfalz: | 06131-16 52 00 |
| Sarlândia: | (informações gerais) 0681-5 01 36 94 (sobre vacinação) 0681-5 01 36 95 |
| Saxônia-Anhalt: | 0391-5 37 71 11 |
| Schleswig -Holstein: | 0431-1 60 66 66 |
| Turíngia: | 0361-37 74 30 99 |

*Sujeito a tarifas: 9c/min do telefone fixo alemão. Diferentes preços possíveis da rede móvel.

Impresso

Editor:
Ministério Federal para a Saúde,
Referendo de Trabalho público
11055 Berlim

Encarregado do Governo Federal para Migração, Exílio e Integração,
11012 Berlim

Central Federal para Esclarecimento de Saúde - (BzgA), Colônia.

Instituto Robert-Koch, Berlim

Instituto Paul-Ehrlich, Langen

Tradução: Centro de Medicina Étnica e.V.

Todos os direitos reservados.

Realização: co/zwo. design, Düsseldorf

Fotos: Fotolia, photocase, RKI/Bannert & Holland.

Data: Outubro 2009

Este folheto é distribuído gratuitamente. Não é destinado pelos emissários ou emissárias a venda. Este folheto é publicado em condições gerais de trabalho público do editor. Não pode ser utilizado em campanhas eleitorais, durante eleições. Isto é válido para Europa, para eleições federais, estaduais e comunitárias. É considerado abuso a distribuição em comícios eleitorais, bancas de informações de partidos bem como a colagem em autos e impressão. Também é proibido doar a terceiros com fins eleitorais. Independente de quando, onde e em qual meio este folheto chegue, não pode ser usado em eleições iminentes, as quais possam ser entendidas como parcialidade do governo federal, em favor de grupos políticos.