

GRIPE A – Perguntas mais frequentes

O que é a gripe A?

É uma doença provocada por um novo vírus (H1N1), que apareceu recentemente e que afecta e se transmite entre os seres humanos.

Os sintomas são semelhantes aos da gripe sazonal: febre superior a 38°C (avaliada com um termómetro), tosse, rinorreia, dores de cabeça, dores musculares, dores de garganta, podendo também haver vómitos e/ou diarreia.

Como se transmite o este vírus?

O modo de transmissão é idêntico ao da Gripe Sazonal.

Transmite-se de pessoa para pessoa - transmissão directa - através de gotículas libertadas quando uma pessoa fala, tosse ou espirra. Os contactos mais próximos (a menos de 1 metro) com uma pessoa infectada podem representar, por isso, uma situação de maior risco. O contágio pode também verificar-se quando há contacto com gotículas ou outras secreções do nariz e da garganta de uma pessoa infectada – transmissão indirecta - por ex: através do contacto com maçanetas das portas, superfícies de utilização pública, etc.

O vírus pode ser transmitido às pessoas através do consumo de carne de porco?

O vírus da Gripe A não é transmitido pela ingestão de carne de porco ou derivados. Também não é transmissível através de outros alimentos nem da água.

Qual é o período de incubação da doença?

O tempo que decorre entre o momento em que uma pessoa é infectada e o aparecimento dos primeiros sintomas, pode variar entre 1 e 7 dias.

Durante quanto tempo uma pessoa com gripe pode transmitir o vírus a outras?

Os doentes podem infectar (contagiar) outras pessoas por um período até 7 dias, a que se chama período de transmissibilidade; é, contudo, prudente considerar que um doente mantém a capacidade de infectar outras pessoas durante todo o tempo em que manifestar sintomas.

Estive em contacto com uma pessoa com gripe A, o que faço?

Se não apresentar sintomas de doença, faça a vida normal.

Durante 7 dias esteja atento ao aparecimento de sintomas de gripe.

No caso de estar doente o que faço?

Telefone para a Linha de Saúde 24.

Limite o contacto com outras pessoas, tanto quanto possível.

Permaneça em casa durante 7 dias, ou até que os sintomas desapareçam.

Cubra a boca e o nariz quando espirrar ou tossir, usando um lenço de papel; nunca as mãos!

Utilize lenços de papel uma única vez e coloque-os de imediato no lixo.

Lave frequentemente as mãos com água e sabão, em especial após tossir ou espirrar.

A vacina contra a gripe sazonal não confere protecção contra o vírus da gripe A.

Madalena Fátima

(Enfermeira)

Quais são os sintomas da gripe A?