

SAIBA COMO SE PREVENIR DA INFLUENZA A (GRIPE SUÍNA)

Com os crescentes casos de contaminação pelo vírus Influenza A (H1N1), que no início ficou conhecido como a gripe suína, a OMS já decretou a nova doença como uma pandemia. Em muitos países, como a China e os Estados Unidos, escolas fecharam suas portas pelo alto risco de contaminação.

No Brasil, o Ministério da Saúde confirmou, no último sábado, 225 casos confirmados. Existem algumas medidas simples e eficazes para se prevenir da gripe:

- 1- Não compartilhar alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal.
- 2- Lavar as mãos frequentemente com água e sabão, especialmente depois de tossir ou espirrar.
- 3- Não usar medicamentos sem orientação médica. A automedicação pode ser prejudicial à saúde.
- 4- Ao tossir ou espirrar, cobrir o nariz e a boca com um lenço, preferencialmente, descartável.

Os sintomas da doença são: febre alta repentina, maior que 38° C, e tosse, acompanhadas ou não de dores de cabeça, musculares, nas articulações ou dificuldades respiratórias. Esses sintomas surgem em até 10 dias após a pessoa ter contato próximo com uma pessoa suspeita de já possuir o vírus.

Fonte: Ministério da Saúde

