

Todos os anos há ocorrência de gripe em todo mundo por conta da circulação do vírus influenza. No Brasil, o período de maior transmissão coincide com inverno, já que o vírus circula com mais intensidade quando há queda na temperatura. Caracterizada como doença viral febril e aguda, geralmente é benigna e autolimitada, mas também pode levar a casos graves e óbitos. De acordo com o Ministério da Saúde, a gripe, ou Influenza sazonal, inicia-se, em geral, com febre alta, seguida de dor muscular, dor de garganta, dor de cabeça, coriza e tosse seca. A febre é o sintoma mais importante e dura em torno de três dias.

Os sintomas respiratórios, como a tosse e outros, tornam-se mais evidentes com a progressão da doença, e mantêm-se em geral de três a cinco dias após o desaparecimento da febre. Alguns casos apresentam complicações graves, como pneumonia, necessitando de internação hospitalar. Devido aos sintomas em comum, a gripe pode ser confundida com outras viroses respiratórias causadoras de resfriado. Por isso, é importante procurar orientação de um profissional de saúde para assegurar o diagnóstico adequado e oportuno da doença.

Existem três tipos de vírus influenza: A, B e C. O vírus influenza C causa apenas infecções respiratórias brandas, não possui impacto na saúde pública e não está relacionado com epidemias. Já os vírus influenza A e B são responsáveis por epidemias sazonais, quando há aumento de casos da doença, sendo o vírus A responsável pelas grandes pandemias (detecção de casos em vários países no mundo). Os vírus influenza A são ainda classificados em subtipos, sendo o H1N1 um deles.

Para garantir o diagnóstico aos beneficiários de planos de saúde, em 2008 a Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) incluiu o exame de cultura do vírus influenza tipo A (H1N1) no Rol de Procedimentos e Eventos em Saúde. Portanto, o teste tem cobertura obrigatória. Além do exame para a detecção do vírus influenza, os planos de saúde também devem cobrir consultas e atendimento ambulatorial na rede credenciada. Para aqueles que têm plano de assistência médica com segmentação hospitalar, há cobertura para internação e tratamento completo do paciente com gripe, incluindo medicamentos.

Mas para reduzir o risco de adquirir ou transmitir doenças respiratórias, incluindo a gripe, é muito importante adotar medidas gerais de prevenção, muitas delas simples ações de higiene pessoal. Veja abaixo.

# Medidas gerais de prevenção



Lavar e higienizar frequentemente as mãos, principalmente antes de consumir algum alimento

Higienizar as mãos após tossir ou espirrar



Evitar contato próximo a pessoas que apresentem sinais ou sintomas de gripe

Não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas



Utilizar lenço descartável para higiene nasal

Evitar tocar mucosas de olhos, nariz e boca

Cobrir nariz e boca quando espirrar ou tossir

Manter os ambientes bem ventilados

Algumas pessoas, como idosos, crianças novas, gestantes e pessoas com alguma comorbidade possuem um risco maior de desenvolver complicações devido à influenza. Para as pessoas mais vulneráveis, a vacinação é a intervenção mais importante na redução do impacto da influenza. Todos os anos, a campanha de vacinação contra a gripe é promovida pelo Ministério da Saúde, em parceria com estados e municípios.

**Transmissão** - De acordo com o Ministério da Saúde, a influenza pode ser transmitida de forma direta por meio das secreções das vias respiratórias de uma pessoa contaminada ao espirrar, ao tossir ou ao falar. Ou, ainda, por meio indireto pelas mãos, quando um indivíduo, após contato com superfícies recentemente contaminadas por secreções respiratórias de pessoa infectada, pode levar o vírus diretamente para a boca, nariz e olhos.

**Tratamento** - O tratamento dos sintomas da influenza sem complicações deve ser realizado com,

medicação sintomática, hidratação, antitérmico, alimentação leve e repouso. Nos casos com complicações graves, são necessárias medidas de suporte intensivo. Atualmente, existem medicamentos antivirais (fosfato de oseltamivir e zanamivir) para o tratamento que devem ser prescritos pelos profissionais médicos a todos os pacientes que apresentem condições e fatores de risco para complicações por influenza (gripe) e aos casos em que a doença já se agravou. Esses medicamentos são assegurados aos beneficiários de planos de saúde de assistência médica com segmentação hospitalar durante internações.

**Fonte:** [ANS](#), em 08.04.2016.