

# Cuidados para prevenir doenças respiratórias são os mesmos adotados durante a pandemia da covid-19

Sex 31 dezembro

Em meio ao aumento considerável de casos de doenças respiratórias nas últimas semanas em vários estados brasileiros, incluindo Minas Gerais, a notificação de diagnósticos relacionados à influenza A/ H3N2 tem despertado a atenção de muitas pessoas. Isso porque os vírus da influenza A são comuns, mas sazonais – ocorrem nos meses do inverno. Dados divulgados pela [Secretaria de Estado de Saúde \(SES-MG\)](#) no dia 23/12 mostram que 147 casos do H3N2 foram diagnosticados por meio de amostras coletadas pela [Fundação Ezequiel Dias \(Funed\)](#), além de um aumento de 36% nos atendimentos às doenças respiratórias somente na capital mineira.

“Isolamento por sete dias, higienização das mãos e uso das máscaras, assim como todos os cuidados que estamos tomando para nos proteger da covid-19, continuam valendo para as demais doenças respiratórias, como a influenza”, explica a diretora assistencial da [Fundação Hospitalar do Estado de Minas Gerais \(Fhemig\)](#), Lucineia Carvalhais, que também é médica infectologista.

Segundo Lucineia, os vírus da influenza são altamente contagiosos e podem acometer adultos e crianças; os casos não costumam evoluir para quadros graves, mas se somam às comorbidades existentes nos pacientes e, portanto, a atenção deve ser redobrada. São grupos de atenção, pelo maior risco, os pacientes nos extremos de idade (crianças na primeira infância e idosos), além de gestantes e mulheres que acabaram de dar à luz.

A diretora lembra que é preciso conscientizar no que se refere às entradas de visitas e acompanhantes em hospitais e outras unidades de saúde, para evitar a transmissão a pacientes vulneráveis. Se a pessoa estiver com sintomas, o melhor é evitar o contato. A regra vale também para os profissionais de saúde, para que mantenham os cuidados em tempos de pandemia, mesmo

*Fhemig / Divulgação*

com a vacinação avançada na população.

Os sintomas são aqueles conhecidos da gripe: tosse, febre (nem sempre), dor de garganta, coriza e mialgia (dores musculares). O tratamento pode ser feito com antitérmicos (no caso de febre) e analgésicos comuns, além de repouso.

Lucineia observa, também, que a vacina contra a gripe, que consta no calendário da saúde, é atualizada todos os anos pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que estuda as variações genéticas dos vírus e sua incidência atual. A influenza A/ H3N2, por exemplo, foi detectada pela primeira vez em 1968, em Hong Kong, e já compõe a vacina há alguns anos, acompanhando essas mutações virais, incluindo a que foi disponibilizada nos postos de saúde na última campanha, neste ano.

“O problema é que focamos na covid-19. As pessoas se vacinaram para essa doença e não se vacinaram contra as gripes. Além disso, na época em que seria normal a propagação da influenza (inverno), estávamos em casa nos protegendo da pandemia – o que impediu o vírus de circular naqueles meses. Com o aumento da circulação nas ruas, do convívio nas escolas e trabalho, o vírus se atrasou, começando um novo ciclo que irá terminar coincidindo com o próximo. Ou seja, não haverá um intervalo nos próximos seis meses”, explica a médica.

Mesmo que em sua maioria os casos não sejam graves, é bom alertar aos sintomas, que podem evoluir para internações hospitalares. Buscar orientação médica ainda é o melhor caminho para se evitar complicações e garantir uma boa recuperação.