

Influenza (gripe): Perguntas frequentes

Como posso me proteger e evitar a doença?

- Cubra o nariz e a boca com um lenço de papel ao tossir ou espirrar. Jogue o lenço de papel no lixo após o uso.
- Lave as mãos com frequência com água e sabonete, especialmente depois de tossir ou espirrar. Soluções limpadoras à base de álcool também são eficientes.
- Evite tocar os olhos, o nariz ou a boca. É assim que os vírus se disseminam.
- Tente evitar contato próximo com pessoas doentes.
- Se você ou seu filho ficar doente, os Centros para Controle de Doenças (Centers for Disease Control (CDC)) recomendam ficar em casa, afastado do trabalho ou escola e limitar o contato com outras pessoas para evitar a transmissão.

Qual é a melhor maneira de evitar a transmissão do vírus?

- Se você estiver doente, limite ao máximo o contato com outras pessoas.
- Não vá para o trabalho ou para a escola se estiver doente. Fique em casa até que não apresente mais sintomas ou que tenha interrompido a medicação antitérmica por 24 horas.
- Cubra a boca e o nariz com um lenço de papel ao tossir ou espirrar. Isso pode evitar que as pessoas ao seu redor fiquem doentes. Jogue o lenço de papel usado no lixo.
- Cubra a boca e o nariz com a mão ao tossir ou espirrar, caso não tenha um lenço de papel. Depois, lave as mãos. Faça isso toda vez que tossir ou espirrar.

Quais são os sinais de alerta que indicam que a criança precisa de atendimento médico urgente?

- Respiração rápida ou dificuldade para respirar
- Pele com cor azulada ou acinzentada
- Não estiver tomando quantidade suficiente de líquidos
- Episódios persistentes ou graves de vômitos
- Dificuldade para acordar ou interagir
- Estado de irritação tão intenso que a criança se recusa a ser carregada
- Os sintomas da gripe chegam a melhorar, mas voltam com febre e piora na tosse
- Febre alta acima de 102 °F (38,9 °C) (crianças com menos de 3 meses, com temperatura de 100,4 °F (38 °C) devem ser encaminhadas para atendimento médico)
- É portador de outras doenças (como doenças no coração, pulmão ou rins, câncer, diabetes ou asma) e desenvolver sintomas de gripe, inclusive febre e/ou tosse

NÃO DÊ ASPIRINA. A aspirina administrada a crianças com influenza foi associada a uma doença muito perigosa, a Síndrome de Reye.

Se você deseja receber mais informações sobre essa doença, visite o site dos Centros dos EUA para Controle de Doenças no endereço www.cdc.gov ou o departamento de saúde local ou estadual em _____.

Atenciosamente,

Nome

Título