

EDITORIAL

Se em 2020 as medidas utilizadas para prevenir a transmissão do vírus SARS-CoV-2 foram efetivas para impedir atividade gripal significativa em Portugal, o mesmo não se antecipa para 2021. Previsivelmente a população encontra-se mais suscetível, atendendo à baixa exposição aos vírus respiratórios sazonais durante o período sazonal homólogo, por reduzida circulação. Para além da vacinação, é fundamental manter a adesão às medidas preventivas implementadas nos últimos 18 meses, e que serão eficazes na prevenção da gripe sazonal e da COVID-19. Nesta edição revisitamos a Gripe.



GRIFE

INTRODUÇÃO

A gripe é uma doença respiratória aguda conhecida desde o século XVI caracterizada por rápida disseminação na comunidade. É provocada pelos vírus Influenza (família Ortomixoviridae), de que se conhecem 3 tipos: A, B e C. Os vírus A e B são os responsáveis pelas epidemias sazonais, enquanto o vírus C causa geralmente doença ligeira. O vírus Influenza A é classificado em subtipos, com base nas propriedades antigénicas das suas 2 glicoproteínas de superfície, hemaglutinina (H) e neuraminidase (N), estando identificados reservatórios animais (aves, suínos, morcegos). O vírus Influenza B não possui reservatório animal, circulando duas linhagens distintas na espécie humana: Victoria e Yamagata.

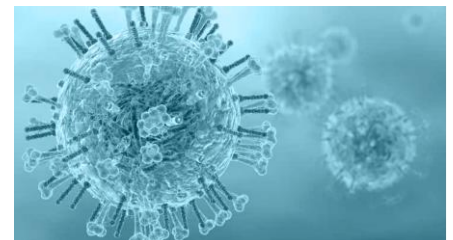


Figura 1 – Vírus Influenza. Fonte: www.contagionlive.com

GRIFE SAZONAL E COVID-19

A gripe sazonal e a COVID-19 são duas doenças difíceis de distinguir apenas pelos seus sintomas. Durante o outono/inverno 2021-22, a população enfrentará estas duas doenças, que são mais graves naqueles acima dos 65 anos e com comorbilidades. As consequências da infeção simultânea pelo vírus da gripe e pelo SARS-CoV-2 ainda não são claras. A ameaça de criar uma sobrecarga adicional na saúde de populações vulneráveis e no sistema de saúde é, no entanto, real.

Das medidas preventivas contra a gripe sazonal, a vacinação é a medida farmacológica mais eficaz. A vacinação contra o vírus Influenza e o SARS-CoV-2 terão efeitos sinérgicos na redução da sobrecarga no sistema de saúde, nomeadamente na escassez de vagas de internamento e absentismo dos profissionais.

EPIDEMIAS (GRIPE SAZONAL) E PANDEMIAS

Estas formas epidemiológicas de Gripe resultam de mecanismos distintos de variação antigénica nas glicoproteínas de superfície:

Drift antigénico – é um **processo contínuo** que ocorre nos **vírus A e B**. Resulta da **acumulação de mutações pontuais** nos genes da hemaglutinina e neuraminidase, pela pressão seletiva gerada por anticorpos e pela elevada taxa de mutações virais. Permite ao vírus escapar à imunidade induzida pela vacinação ou exposição prévias, resultando em **epidemias sazonais**.

Shift antigénico – é um **evento esporádico, restrito ao vírus A**, e refere-se à **introdução na espécie humana de uma nova estirpe viral** para a qual a maior parte da população não tem imunidade. Se a disseminação pessoa-a-pessoa do novo vírus for eficiente e mantida, pode provocar uma **pandemia**.

PANDEMIAS DE GRIPE desde o início do séc. XX:

1918 – “Gripe Espanhola” H1N1

1957 – “Gripe Asiática” H2N2

1968 – “Gripe de Hong Kong” H3N2







2009 – “Gripe Suína” H1N1

Durante cada uma destas pandemias emergiu um novo vírus, quer diretamente de um hospedeiro aviário (1918), quer por recombinação entre um vírus aviário e estirpes humanas circulantes (1957, 1968) ou por recombinação em suínos (2009).

2

CLÍNICA

A gripe sazonal pode apresentar-se de formas muito variadas, dependendo das características do hospedeiro e do vírus, desde infeção assintomática até doença fulminante.

	Período de incubação	1 a 2 dias
	Período de contágio	Início durante o período de incubação, com pico nos primeiros 2 dias de doença, podendo ocorrer até ao 7º dia. Pode ser mais prolongado nos imunodeprimidos.
	Vias de transmissão	Gotículas geradas pela conversação, tosse ou espirros, e que se propagam a distâncias até 1 metro; aerossóis nos procedimentos que os produzem; contacto através de mãos ou superfícies contaminadas.
	Apresentação	Febre alta, calafrios, cefaleia, dores musculares e articulares, mal-estar, tosse não produtiva, conjuntivite, rinorreia e odinofagia. Nas crianças pode apresentar-se com febre mais elevada e convulsões febris, sendo os sintomas gastrintestinais mais frequentes que no adulto.
	Evolução	Habitualmente benigna, com duração de cerca de 3 dias, podendo persistir até 8 dias. Nos doentes crónicos e nos mais idosos pode ser mais prolongada e há maior risco de complicações.
	Diagnóstico	Essencialmente clínico, podendo ser difícil já que as manifestações são diversas e sobrepõem-se às das doenças provocadas por outros vírus respiratórios. Nos doentes com indicação para internamento deve ser feito o diagnóstico laboratorial por PCR no exsudado nasofaríngeo, em simultâneo com a pesquisa de SARS-CoV-2 e Vírus Sincicial Respiratório.

8 FACTOS SOBRE A VACINA CONTRA A GRIPE SAZONAL QUE PRECISA DE SABER:

1. Quem deve ser vacinado?

A DGS recomenda fortemente a vacinação a pessoas com idade igual ou superior a 65 anos, doentes crónicos e imunodeprimidos (≥ 6 meses de idade), grávidas, profissionais de saúde e outros prestadores de cuidados e pessoas incluídas em contextos específicos (bombeiros, profissionais de infantários, etc.). Recomenda ainda a vacinação de todas as pessoas com idade entre os 60 e os 64 anos.

2. Porque preciso de ser vacinado anualmente?

As estirpes circulantes variam de ano para ano e a vacina contra a gripe sazonal é atualizada anualmente para melhor ajudar a proteger contra as estirpes que se prevê que circulem.

3. A vacina é segura?

Sim. As reações adversas possivelmente relacionadas com as vacinas são declaradas, à semelhança de qualquer medicamento, no Sistema Nacional de Farmacovigilância.

4. Pode a vacina provocar gripe?

Não. A vacina não contém o vírus na sua forma ativa, pelo que não é possível que provoque gripe.

5. A vacina é efetiva?

Sim. Para além de prevenir a infeção, previne também o desenvolvimento de sintomas e diminui o risco de internamento e de mortalidade associada à gripe sazonal.

6. De quantas doses necessito?

Para a generalidade dos indivíduos é apenas necessária uma dose. Para crianças até aos oito anos (inclusive), vacinadas pela primeira vez contra a gripe sazonal, devem ser feitas duas doses, com um intervalo de, pelo menos, 4 semanas.

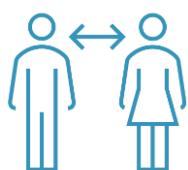
7. Quais são as reações adversas mais comuns?

Apesar de variarem de indivíduo para indivíduo, as mais frequentes são a dor e rubor no local da inoculação, febre e mal-estar.

8. Para além da vacinação, que outras medidas posso adotar?

Deverá manter hábitos como a higiene frequente das mãos, adotar as medidas de etiqueta respiratória, não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas, manter os ambientes bem ventilados e evitar contato próximo com pessoas que apresentem sinais ou sintomas de doença.

Para prevenir a Gripe sazonal e a COVID - 19



DISTANCIAMENTO
FÍSICO



MÁSCARA



ETIQUETA
RESPIRATÓRIA



HIGIENE DAS
MÃOS



VACINAÇÃO



Contacte-nos

**Grupo de Coordenação Local
Programa de Prevenção e Controlo
de Infeções e de
Resistência aos Antimicrobianos
GCL-PPCIRA**

gcl.ppcira@chlc.min-saude.pt

Hospital de São José:

21 884 14 63, Ext. 11463

Hospital de St. António dos Capuchos:

21 313 63 90, Ext. 21442

Hospital de Santa Marta:

213594000, Ext. 41228

Hospital de Curry Cabral:

21 7924297, Ext. 74297

Hospital de Dona Estefânia:

213126600, Ext. 51604

Maternidade Dr. Alfredo da Costa:

213184000, Ext. 61608/61701

Consulte a nossa página na
Intranet

Envie-nos as suas sugestões

VACINAÇÃO DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Porque os profissionais estão mais expostos, a vacinação contra a gripe sazonal contribui para **proteger os próprios**, os **seus familiares** e os **doentes**, em especial os que não podem ser vacinados ou têm menor resposta à vacina.

No CHULC a vacina já está disponível por agendamento, conforme CI nº 431/2021. A vacina disponibilizada é a vacina inativada tetravalente e tem a composição recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para o Hemisfério Norte:

- A/Victoria/2570/2019 (H1N1) pdm09;
- A/Cambodia/e0826360/2020 (H3N2);
- B/Washington/02/2019 (B/Victoria);
- B/Phuket/3073/2013 (B/Yamagata lineage).



Proteja-se!
Proteja os seus familiares!
Proteja os seus doentes!

O BOLETIM CIRA FAZ 1 ANO!

Faz 1 ano que retomámos a edição regular do Boletim CIRA, procurando levar aos profissionais do CHULC informação fundamental no âmbito da prevenção e controlo de infeção. Queremos estar mais perto e veicular informação relevante para a prestação de cuidados de saúde de qualidade e com maior segurança para todos. Os assuntos são praticamente inesgotáveis, mas queremos acima de tudo ir ao encontro das necessidades sentidas. Enviem-nos as vossas sugestões!

CURSO DE ANTIBIOTERAPIA DO CHULC

O GCL-PPCIRA, em parceria com a AGF, organizou o 1º **Curso de Antibioterapia do CHULC**, destinado a médicos e farmacêuticos. O curso decorrerá nos próximos dias **22 a 25 de novembro**, das 14 às 18h00, na **Sala de Conferências do Hospital Dona Estefânia**. Contamos com palestrantes de várias instituições hospitalares, que virão partilhar connosco o seu conhecimento sobre esta temática fundamental. As inscrições estão disponíveis até ao dia 15 de novembro na AGF.

ATÉ À PRÓXIMA EDIÇÃO!