

# Viajantes que vão ao hemisfério norte podem tomar vacina da gripe

20/02/2018

Geral

Com o inverno no hemisfério norte, a Secretaria Municipal da Saúde de Curitiba orienta os viajantes a ficarem atentos aos sintomas da gripe. Até 30 de março, as 111 unidades de saúde da capital ofertam a vacina da gripe (de 2017) para pessoas com viagem marcada a países do hemisfério norte. A vacina da gripe estará disponível enquanto durarem os estoques nas unidades de saúde.

De acordo com o diretor do Centro de Epidemiologia, Alcides Oliveira, a vacina do ano passado oferece proteção para algumas cepas circulantes no hemisfério norte. “Por isso, estamos abrindo essa possibilidade para quem não se vacinou no ano passado e está com viagem marcada. A indicação é se vacinar para evitar adoecer ao longo da viagem e não retornar doente pela gripe”, explica Oliveira.

## Sintomas

A gripe é uma infecção viral que afeta principalmente o nariz, a garganta, os brônquios e, ocasionalmente, os pulmões. A infecção dura cerca de uma semana e é caracterizada por início repentino de febre alta, músculos doloridos, dor de cabeça, mal-estar grave, tosse sem secreção e dor de garganta.

O vírus é transmitido facilmente de pessoa a pessoa por meio de gotículas e pequenas partículas produzidas quando infectados tosse ou espirram. A doença tende a se espalhar rapidamente em epidemias sazonais, mas a maioria das pessoas infectadas se recupera em até duas semanas, sem necessidade de tratamento médico.

No entanto, em jovens, idosos e naqueles com outras condições médicas graves, a infecção pode levar a complicações graves, à pneumonia e até à morte. “Por isso é importante ficar atentos aos sintomas e procurar orientação médica”, diz Oliveira.

# Saiba como se prevenir da Gripe

A Gripe é uma doença respiratória aguda e a transmissão ocorre de pessoa a pessoa, principalmente por meio da tosse, espirro ou contato com secreções respiratórias de pessoas infectadas ou com objetos contaminados. Saiba como se prevenir da gripe adotando medidas simples:



Lave as mãos frequentemente com água e sabão, especialmente depois de tossir ou espirrar, ao chegar da rua e após tocar objetos.



Ao tossir ou espirrar, cubra o nariz e a boca com um lenço descartável ou com o braço.



Não compartilhe alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal.



Não use medicamentos sem orientação médica. A automedicação pode ser prejudicial à saúde.



Limpe as superfícies com álcool 70°



Quem estiver com qualquer gripe deve evitar ambientes fechados e com aglomeração de pessoas.



## ATENÇÃO

Se você estiver com febre acima de 38°C, tosse, acompanhada ou não de dor de garganta, procure o seu médico ou a unidade de saúde mais próxima.

## ALERTA

A gripe pode estar piorando se você tiver dificuldade de respirar ou respiração rápida, dor forte no abdome, convulsões, desidratação, alteração do estado de consciência. Nesses casos, retorne com urgência à Unidade de Saúde mais próxima.

O governo do Paraná disponibiliza o antiviral Oseltamivir, indicado para o tratamento da Gripe, para as Unidades de Saúde e os hospitais de todo Estado. O medicamento será liberado ao paciente mediante receita médica.

Mais informações:  
[www.saude.pr.gov.br](http://www.saude.pr.gov.br) 0800 643 8484

