

## 42 PERGUNTAS ACERCA DO VÍRUS H1N1 "GRIPE HUMANA A" e as respostas que foi dada pelos médicos do Centro Epidemiológico.

Director Geral do Centro Epidemiológico: Dr. Alejandro Macías  
Director de Nutrição: Dr. Zubirán

### PERGUNTAS E RESPOSTAS:

1.- P: Quanto tempo dura vivo o vírus suíno numa maçaneta de uma porta ou numa superfície lisa?

R: Até 10 horas.

2.- P: Que utilidade tem o gel de álcool para limpar as mãos?

R: Torna inactivo o vírus e mata-o.

3.- P: Qual é o meio de contágio mais eficiente deste vírus?

R: A via aérea não é a mais efectiva para a transmissão do vírus, o factor mais importante para a fixação do vírus é a humidade (mucosa do nariz, boca e olhos), o vírus não voa (a não ser que a pessoa portadora do vírus espirre a menos de um metro de distância de nós).

4.- P: É fácil o contágio em aviões?

R: Não, é um meio pouco propício para o contágio.

5.- P: Como posso evitar o contágio?

R: Não levar as mãos à cara, olhos, nariz e boca. Não estar próximo de uma pessoa possuidora da doença. Lavar as mãos mais de 10 vezes por dia.

6.- P: Qual é o período de incubação do vírus?

R: Em média de 5 a 7 dias, e os sintomas aparecem quase de imediato.

7.- P: Quando se deve começar a tomar medicamentos?

R: Dentro das 72 horas do aparecimento dos sintomas os resultados são muito bons, a cura é de 100%.

8.- P: Qual é a forma como se aloja o vírus no corpo?

R: Por contacto (ao dar-se um aperto de mão ou beijar, através da mão numa maçaneta, ou através do nariz, boca ou olhos (vide a resposta à pergunta 3)

9.- P: O vírus é letal?

R: Não, o que ocasiona a morte é a complicação da enfermidade causada pelo vírus, a pneumonia.

10.- P: Que riscos têm os familiares que viviam com a pessoa que faleceu?

R: Podem ser portadores e formar uma cadeia de transmissão.

11.- P: A água das piscinas transmite o vírus?

R: Não porque contem químicos e possui cloro.

12.- P: Que faz o vírus quando provoca a morte?

R: Uma cascata de reações como deficiência respiratória, pneumonia severa, é o que ocasiona a morte.

13.- P: Quando se inicia o contágio, antes dos sintomas ou até que se apresentem?

R: Desde que se possua o vírus, antes dos sintomas.

14.- P: Qual é a probabilidade de uma recaída com a mesma enfermidade?

R: De 0%, porque se fica imune a este tipo de vírus.

15.- P: Onde se encontra o vírus no ambiente?

R: Quando um portador espirra ou tosse (se este portador quando espirra ou tosse colocar a/s mão/s na frente do rosto, deve ir lavá-las de imediato e bem, porque a seguir pode ir cumprimentar alguém, ou abrir uma porta, ou pegar num papel ou documento para entregar a outrem, ou pegar em dinheiro para efectuar um pagamento, e o vírus pode ficar em qualquer destas superfícies), quando haja humidade. Já que não se pode esterilizar o ambiente recomenda-se uma higiene extrema, a higiene das mãos.

16.- P: O vírus ataca mais as pessoas asmáticas?

R: Sim, são pacientes mais susceptíveis, mas por se tratar de um novo germe todos somos igualmente susceptíveis.

17.- P: Qual é a população que é mais atacada por este vírus?

R: Dos 20 aos 50 anos de idade.

18.- P: É útil o uso de máscaras?

R: Há algumas de melhor qualidade que outras, mas se você está são é contraproducente, porque os vírus pelo seu tamanho atravessam-no como se não existisse a máscara, porque com o uso contínuo desta, cria-se na zona do nariz e boca um microclima húmido propício ao desenvolvimento viral: mas se estiver infectado, deve usá-la para NÃO infectar os demais, ainda que seja relativamente eficaz.

19.- P: Pode-se fazer exercício ao ar livre?

R: Sim, o vírus não tem asas.

20.- P: A toma de Vitamina C não evita o contágio?

R: Não serve de nada para prevenir o contágio deste vírus, mas ajuda a resistir ao seu ataque.

21.- P: Quem está a salvo desta enfermidade ou quem é menos susceptível?

R: Ninguém está a salvo, o que ajuda é a higiene dentro de casa, escritórios, utensílios e não frequentar lugares públicos.

22.- P: O vírus move-se?

R: Não, o vírus não tem patas nem asas, algo o empurra a entrar dentro do organismo.

23.- P: Os animais domésticos podem ser transmissores do vírus?

R: Este vírus NÃO, provavelmente podem contagiar-nos com outros tipos de vírus.

24.- P: Se for a um funeral de alguém que morreu devido a este vírus, posso contagiar-me?

R: NÃO.

25.- P: Qual é o risco deste vírus em mulheres grávidas?

R: As mulheres grávidas têm o mesmo risco mas em dobro, podendo tomar os antivirais em caso de contágio mas somente com supervisão médica.

26.- P: O feto pode ficar com lesões se uma mulher grávida for contagiada com este vírus?

R: Não sabemos que estragos possam criar no processo, já que é um novo vírus.

27.- P: Posso tomar ácido acetilsalicílico (aspirina)?

R: Não é recomendável, pode ocasionar outras doenças, salvo se tiver sido prescrito por problemas coronários, nesse caso continue a tomar.

28.- P: Serve de algo tomar antivirais antes dos sintomas?

R: Não serve de nada.

29.- P: As pessoas com HIV, diabetes, sida, cancro etc., podem ter maiores complicações que uma pessoa sã se fôr contagiada pelo vírus?

R: SIM.

30.- P: ¿Uma gripe convencional forte pode converter-se nesta enfermidade?

R: NÃO.

31.- P: O que mata o vírus?

R: O sol, mais de 5 dias no meio ambiente, o sabão, os antivirais, gel de álcool.

32.- P: Que fazem os hospitais para evitar contágios a outros enfermos que não tenham o vírus?

R: O isolamento.

33.- P: O gel de álcool é efectivo?

R: SIM, muito efectivo.

34.- P: Se estiver vacinado contra a gripe sazonal sou inócuo a este vírus?

R: Não serve de nada, ainda não há vacina para este vírus.

35.- P: Este vírus está sob controle?

R: Não totalmente, mas já se estão a tomar medidas agressivas de contenção.

36.- P: Que significa passar de alerta 4 a alerta 5 e alerta 6?

R: A fase 4 não faz as coisas diferentes da fase 5, significa que o vírus se

propagou de pessoa para pessoa em mais de 2 países; e a fase 6 é porque se propagou a mais de 3 países.

37.- P: Quem foi contagiado com este vírus e se cura, fica imune?

R: SIM.

38.- P: As crianças com tosse e gripe possuem este vírus?

R: É pouco provável, as crianças são pouco afectadas, no entanto devem consultar o médico.

39.- P: Medidas que quem trabalha deve tomar?

R: Lavar as mãos muitas vezes ao dia, se possível desinfectá-las frequentemente com álcool gel.

40.- P: Posso contagiar-me ao ar livre?

R: Se houver gente infectada que tussa e/ou espirre, pode acontecer, ainda que a via aérea seja de pouco contágio.

41.- P: Pode-se comer carne de porco?

R: SIM, não há qualquer risco de contágio.

42.- P: Qual é o factor determinante para se saber que o vírus já foi controlado?

R: Ainda que agora já seja controlada, o inverno boreal (hemisfério norte) pode regressar sem que todavia ainda exista vacina.

*Kristen Neiling*

*Dirección y Producción*

Agencia CPI.News ®