

GRIFE H1N1



A gripe suína é endêmica em porcos

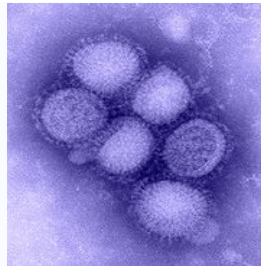
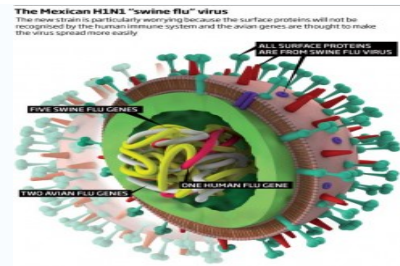


Imagem de microscópio electrónico do vírus da gripe A(H1N1)



Dos três tipos de vírus influenza conhecidos (A, B e C) o tipo A é o mais prevalente e está associado às epidemias mais graves. Os vírus influenza podem infectar uma ampla variedade de hospedeiros.

-O vírus tipo A infecta um vasto leque de hospedeiros, sendo os principais os seres humanos, os suínos, os cavalos e, especialmente, as aves.

-O tipo B infecta principalmente os seres humanos, mas recentemente também foi isolado em cães, gatos e suínos.

-O tipo C infecta predominantemente os seres humanos, mas não provoca doença clinicamente relevante.

Os vírus tipo A e B estão normalmente associados a epidemias que podem originar hospitalizações ou morte. Pelo contrário, o tipo C provoca doença respiratória ligeira, ou não provoca qualquer tipo de sintomas, não estando associado a gripe. Consequentemente, os esforços para controlar os surtos de gripe visam apenas os tipos A e B.

Os vírus da gripe dos tipos A e B possuem 8 segmentos de ARN (ácido ribonucleico) distintos no seu genoma. Dos 2 tipos de vírus clinicamente relevantes, o tipo A é o que sofre alterações mais profundas, motivo pelo que está frequentemente associado a epidemias e a pandemias de gripe. Em contraste, o vírus tipo B pode sofrer pequenas alterações antigénicas, contribuindo apenas para as epidemias de gripe.

Os vírus da gripe A e B têm natureza sazonal, ocorrendo os surtos geralmente durante os meses de Inverno.

A **gripe suína** refere-se à gripe causada pelas estirpes de vírus da gripe, chamadas **vírus da gripe suína**, que habitualmente infectam porcos, onde são endémicas. Em 2009 todas estas estirpes são encontradas no vírus da gripe C e nos subtipos do vírus da gripe A conhecidos como H1N1, H1N2, H3N1, H3N2, e H2N3.

Quando os vírus da influenza de diferentes espécies infectam simultaneamente o mesmo animal (como por exemplo o suíno), podem reorganizar-se geneticamente e originar uma nova estirpe de vírus, tal como aconteceu actualmente com a emergência deste novo vírus circulante **Gripe A/H1N1**.

A análise deste vírus sugere que ele tem uma combinação de características da gripe suína, aviária e humana. Especificamente, esta combinação não havia sido vista até agora em humanos ou em suínos, e a sua origem é ainda desconhecida.

Em seres humanos, os sintomas de gripe A (H1N1) são semelhantes aos da gripe e síndrome gripal em geral, nomeadamente calafrios, febre, garganta dolorida, dores musculares, dor de cabeça forte, tosse, fraqueza e desconforto geral.

O vírus é transmitido de pessoa para pessoa, e o papel do suíno na emergência desta nova estirpe de vírus encontra-se sob investigação. Contudo, é certo que não há qualquer risco de contaminação através da alimentação de carnes suínas cozinhadas. Cozinhar a carne de porco a 71 graus Celsius mata o vírus da gripe, assim como outros vírus e bactérias.

Gripe suína zoonótica

A gripe suína é comum em porcos da região centro-oeste dos Estados Unidos da América (e ocasionalmente noutros estados), no México, Canadá, América do Sul, Europa (Incluindo o Reino Unido, Suécia e Itália), Quênia, China continental, Taiwan, Japão e outras partes da Ásia oriental.

O vírus da **gripe suína** causa uma doença respiratória altamente contagiosa entre os suínos, sem provocar contudo grande mortalidade. Habitualmente não afecta humanos; no entanto, existem casos esporádicos de contágio, laboratorialmente confirmados, em determinados grupos de risco. A infecção ocorre em pessoas em contacto directo e constante com estes animais, como agricultores e outros profissionais da área. A transmissão entre pessoas e suínos pode ocorrer de forma directa ou indirecta, através das secreções respiratórias, ao contactar ou inalar partículas infectadas. O quadro clínico da infecção pelo vírus da gripe suína é em geral idêntico ao de uma gripe humana sazonal.



Passageiros do Metro na Cidade do México usando máscaras de protecção em 24 de Abril de 2009.

Os suínos podem igualmente ser infectados pelo vírus da gripe humana - o que parece ter ocorrido durante a gripe de 1918 e o surto de gripe A (H1N1) de 2009 - assim como pelo vírus da gripe aviária. A transmissão de gripe suína de porcos a humanos não é comum e carne de porco correctamente cozinhada não coloca risco de infecção. Quando transmitido, o vírus nem sempre causa gripe em humanos, e muitas vezes o único sinal de infecção é a presença de anticorpos no sangue, detectáveis apenas por testes laboratoriais.

Quando a transmissão resulta em gripe num ser humano, é designada gripe suína zoonótica. As pessoas que trabalham com porcos, sujeitas a uma exposição intensa, correm o risco de contrair gripe suína. No entanto, apenas 50 transmissões desse género foram registadas desde meados do século XX, quando a identificação de subtipos de

gripe se tornou possível. Raramente, estas estirpes de gripe suína podem ser transmitidas entre seres humanos.

Gripe A [H1N1]

SINTOMAS E TRATAMENTO

Síntomas de la gripe porcin

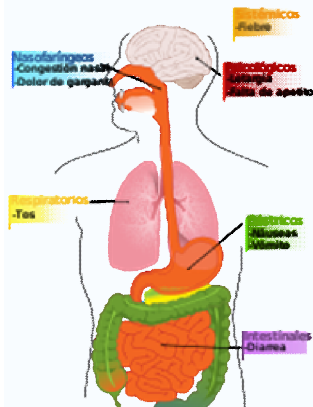


Diagrama dos sintomas da gripe A (H1N1)

Assim como a gripe humana comum, a gripe A (H1N1) apresenta como sintomas febre repentina, fadiga, dores pelo corpo, tosse. Esse novo surto, aparentemente, também causa mais diarreia e vômitos que a gripe convencional.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, os medicamentos antigripal *oseltamivir* e *zanamivir*, em testes iniciais mostraram-se efectivos contra o vírus H1N1.

Ter hábitos de higiene regulares, como lavar as mãos, é uma das formas de prevenir a transmissão da doença.

FORMAS DE CONTÁGIO

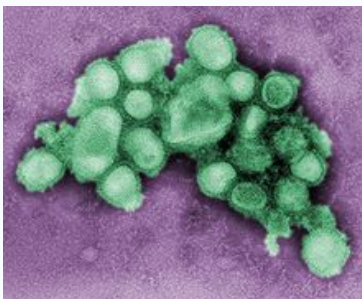


Imagem de microscópio electrónico de uma coloração negativa de um vírus de gripe H1N1 rearranjado

A contaminação dá-se da mesma forma que a gripe comum, por via aérea, contacto directo com o infectado, ou indirecto (através das mãos) com objectos contaminados. Não há contaminação pelo consumo de carne ou produtos suínos. Cozinhar a carne de porco a 70 graus Célsius destrói quaisquer micro organismos patogénicos. Não foram identificados animais (porcos) doentes no local da epidemia

(México). Trata-se, possivelmente, de um vírus mutante, com material genético das gripes humana, aviária e suína.

SURTO DE GRIPE SUÍNA DE 2009

O surto de gripe suína de 2009 em humanos, oficialmente denominado como **gripe A (H1N1)**, e inicialmente conhecido como **gripe mexicana, gripe norte-americana, influenza norte-americana** ou **nova gripe**, deveu-se a uma nova estirpe de influenza virus A subtipo H1N1 que continha genes relacionados de modo muito próximo à gripe suína. A origem desta nova estirpe é desconhecida. No entanto, a Organização Mundial de Saúde Animal (OIE) anunciou que esta estirpe não foi isolada em porcos. Esta estirpe transmite-se de humano para humano, e causa os sintomas habituais da gripe.

Vacina

Existe uma vacina para porcos, mas nenhuma para humanos. A vacina contra a gripe "convencional" oferece pouca ou nenhuma protecção contra o vírus H1N1. O Japão anunciou que pretende desenvolver uma vacina eficaz e o Centro de Controle e Prevenção de Doenças dos Estados Unidos (CDC, na sigla em inglês) vem investigando formas de tratamento.

Todavia, segundo Karl Nicholson, da Universidade de Leicester, na Grã-Bretanha, *se o vírus evoluir para uma pandemia, a primeira onda vai chegar e irá embora antes que uma vacina tenha sido produzida.*

COMO SE PRODUZ A VACINA DA GRIPE

FERTILIZAÇÃO DE OVOS

Método mais comum

- 1- A estirpe do vírus selvagem é identificada e fornecida aos laboratórios pela OMS
- 2- O ovo de galinha (próprio para uso laboratorial) é perfurado, permitindo introduzir o vírus na cavidade amniótica
- 3- O vírus replica-se no ambiente estéril e rico em nutrientes da cavidade amniótica do ovo
- 4- O líquido amniótico é removido para obter o vírus a utilizar na vacina
- 5- O vírus é purificado e sujeito a um processo químico de inactivação
- 6- A vacina é embalada para comercialização

CULTURAL CELULAR

Técnica mais recente

- 1- A estirpe do vírus selvagem é identificada e fornecida aos laboratórios pela OMS
- 2- Células de mamíferos são replicadas através de fermentação em tanques
- 3- O vírus é introduzido nas células obtidas, multiplicando-se ao fim de alguns dias. Durante este processo, o vírus é libertado para o núcleo das células
- 4- É feita a purificação do vírus, separando o núcleo da respectiva célula
- 5- O vírus é retirado do núcleo celular e inactivado através de um processo químico
- 6- É feito um fraccionamento para obter apenas as proteínas do vírus a usar na vacina
- 7- A vacina é embalada para comercialização

Pontos importantes:

Deve-se também transmitir as regras de higiene necessárias para se evitar o contágio como:

- Lavar sempre as mãos
- Evitar levar as mãos aos olhos, boca e nariz
- Dormir Bem
- Alimentar-se Bem

COMO LAVAR AS MÃOS

Lavar as mãos com água corrente e sabão líquido (e/ou desinfectar) depois de qualquer contacto com secreções respiratórias e após tossir, espirrar, assoar, cuspir ou expectorar (usando sempre lenços descartáveis de papel).

Como lavar as mãos?

- A lavagem das mãos deve durar mais de 20 segundos;
- Molha as mãos com água;
- Aplica a solução para cobrir todas as superfícies das mãos;
- Esfrega as palmas das mãos uma nas outra;
- Palma da mão direita no dorso da esquerda, com os dedos entrelaçados e vice-versa;
- Palma com palma com os dedos entrelaçados;
- Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados;
- Esfrega o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice-versa;
- Esfrega rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma

da mão esquerda e vice-versa;

- Enxagua as mãos com água;
- Seca as mãos com o papel descartável;
- Utiliza o papel descartável para abrir a porta;

ETIQUETA E HIGIENE RESPIRATÓRIA

- Tapar a boca e o nariz, com lenços descartáveis de papel, durante os acessos de tosse ou espirro;
- Usar lenços descartáveis de papel para conter secreções, por exemplo durante os actos de expectorar e assoar;
- Nunca cuspir, expectorar ou assoar directamente para o meio ambiente (usar sempre um lenço descartável de papel para conter as secreções);
- Utilizar um lenço descartável de papel para tapar a boca e/ou nariz sempre que se tossir ou espirrar. Caso não haja um lenço à disposição, é preferível tapar a boca e/ou nariz com o antebraço, não se devendo nunca utilizar as mãos;
- Utilizar lenços de papel, que devem ser de uso único, depositando-os num saco de plástico que deve ser fechado e colocado no lixo após utilização;
- Não emprestar telefone e telemóveis;
- Evitar a utilização de roupa com reduzida frequência de lavagem.

A UTILIZAÇÃO DE MÁSCARAS

De acordo com as entidades oficiais de saúde, a eficácia da utilização de máscara durante um surto de Gripe não foi ainda provada. Contudo, muitas pessoas preferem utilizar máscara, quando expostas em comunidade ou quando estão a prestar auxílio a familiares doentes. Mas, a máscara permite à pessoa que tenha sintomas de Gripe evitar a propagação de partículas aquando um acesso de tosse ou de espirros. Não sendo as máscaras, por si só, eficazes na redução do risco, recomendamos que, aquando a sua utilização, sejam respeitadas as instruções de utilização:

- Colocar a máscara de forma a que isole a boca e o nariz, evitando que a mesma fica solta na face;
- Ao utilizar a máscara, evitar tocá-la. Caso o faça, aquando a sua remoção, lave as mãos;
- Assim que sentir a máscara húmida ou molhada, substitua por uma nova;
- Não reutilize a máscara;

DISTANCIAMENTO SOCIAL COMO FORMA DE PREVENÇÃO

O contágio de pessoa para pessoa dá-se através de gotículas que são expelidas pela fala, tosse ou espirros. Assim, qualquer pessoa que esteja em contacto muito próximo com outra que esteja infectada pelo vírus da Gripe A vê aumentada a probabilidade de contágio.

Uma das formas de reduzir a tua exposição a este risco é a adopção de comportamentos que permitam um correcto distanciamento social e físico.

Recomendamos que:

- Evite aglomerados de pessoas, como filas ou transportes cheios;
- Evite cumprimentos que exijam contacto pessoal (exemplos: aperto de mão, beijo);
- Mantenha, sempre que possível, uma distância mínima entre pessoas de cerca de 1 metro.