SAÚDE

Dr. David Nogueira, especialista em doenças respiratórias da prefeitura, comenta diferença entre gripe e resfriado e aponta para prevenções

15/04/2016

O aumento no número de casos de gripe, como a do tipo H1N1, uma das doenças respiratórias que mais afeta os brasileiros, vem deixando a população alarmada. O Ministério da Saúde, do Governo Federal, já está realizando uma campanha de vacinação com o objetivo de combater a gripe. Para explicar ainda mais sobre a doença e tranquilizar a população, principalmente destacando quando realmente é necessário ir ao pronto-socorro, o médico pediatra e alergista, controlador e auditor na diretoria de planejamento da Secretaria Municipal de Saúde, Dr. David Nogueira, de 55 anos, explicou sobre as diferenças entre gripe e resfriado, além de falar sobre outras doenças respiratórias como asma, tuberculose e pneumonia. Na entrevista ele também destacou as formas de tratamento e prevenção de alguns casos.

Quais as diferenças entre gripe e resfriado?

A gripe é causada pelo vírus influenza e o resfriado pelo rinovírus. O resfriado é uma infecção respiratória viral muito frequente, principalmente entre as crianças e é benigna. A pessoa apresenta tosse, coriza, espirros, febre baixa (abaixo de 38º) e é um quadro que costuma se resolver espontaneamente, exigindo apenas cuidados sintomáticos, que seria higienização nasal com soro fisiológico, analgésico comum, bastante hidratação e aguardar a melhora.

Destaque que o resfriado raramente apresenta complicações. Já a gripe é uma doença com maior potencial de gravidade. A gripe, ao contrário do resfriado, tem um alto potencial de complicações como broncopneumonia, sinusites e apresenta uma situação muito temida pelos pacientes, que é a síndrome respiratória aguda grave em que a pessoa tem um quadro pulmonar muito crítico que a deixa com uma dificuldade respiratória muito grande e é o que geralmente leva ao óbito.

Como que a pessoa chega nesse estágio da gripe?
A pessoa que acaba evoluindo para síndrome respiratória aguda grave pertence aqueles grupos de maior vulnerabilidade, antigamente chamado de grupo de risco. Esses grupos são crianças menores de dois anos de idade, gestantes, idosos acima de 60 anos, pessoas que têm doenças crônicas como asma grave, hipertensão e outras doenças do coração, diabéticos principalmente se tiver sem controle, entre outros. Por isso que o Ministério da Saúde prioriza esses grupos para fazer a imunização contra a gripe na rede pública, pois nesses grupos a gripe tem um potencial maior de caminhar para a síndrome respiratória aguda.

Quando desconfiar de gripe?
O paciente apresenta o que chamamos de síndrome gripal (febre elevada, dor de garganta, tosse, dor muscular, dor de cabeça, abatimento, vômito e diarreia) além de limitar a atividade. Se for na criança ela não brinca e nem fica ativa como é o habitual, já no adulto ele vai apresentar dificuldade nas atividades do dia a dia, impossibilitando a ida ao trabalho e assim por diante.

A pessoa deve ir ao médico em que momento?
Quando nós estamos diante de um resfriado (febre baixa, coriza, tosse) a criança continua brincando, alegre, toma um antitérmico e volta a brincar, obviamente que essa criança não precisa correr para um pronto-socorro e na maioria das vezes a mãe já sabe lidar com o caso. Diferente do quadro que a gripe costuma mostrar, com mais gravidade, não só a gripe, mas outras doenças infecciosas que também tem maior gravidade e também acompanha o abatimento. O indivíduo, seja criança ou adulto, demonstra nitidamente não se tratar de uma doença leve. É isso que leva a pessoa ao pronto-socorro para um atendimento que não deve ser protelado. Se estivermos diante de uma síndrome gripal e principalmente uma síndrome respiratória aguda grave, essa pessoa certamente vai precisar de um tratamento hospitalar.

Como tratar uma gripe que está em nível crítico?
Para a pessoa que estiver recebendo o tratamento, existe medicamento para esse quadro que é o oseltamivir (Tamiflu), um remédio que deve ser introduzido nas primeiras 48h do início dos sinais de sintomas do agravamento, quando pensamos em gripe.

Como a pessoa pode se prevenir da gripe?
A forma mais efetiva de prevenção da gripe é obviamente a vacina contra a doença. Há alguns mitos sobre essa vacina e muitas pessoas falam, 'tomamos essa vacina e vamos pegar gripe', não tem o menor sentido esse tipo de raciocínio, pois imagina se as vacinas fossem assim? Tomei vacina contra o sarampo, peguei sarampo! Tomei vacina contra o tétano, peguei tétano! Essa é uma vacina extremamente segura, tem um grau de proteção muito grande. Outro instrumento de prevenção muito importante, quando estamos em uma situação de maior incidência da gripe, é não frequentar lugares com aglomerações: shopping, cinemas, igrejas, mercados, trasporte público. Também não é época de visitar os parentes, principalmente quando alguém na família estiver com sinais de sintomas de resfriado ou de gripe, pois a pessoa acaba compartilhando o vírus com todos da família. Enquanto a pessoa apresentar os sintomas - quando criança, por exemplo - não mandar nem para a escola ou creche, pois vai acabar levando o vírus para os outros colegas e professores. Uma das maneiras de quebrar o ciclo da doença é não deixar quem está doente passar para os que não estão doente. Outra forma de proteção, quando se está doente, é usar mascara para não passar o vírus. Além de todas as recomendações, uma das mais importantes também é bem simples, de lavar as mãos, sempre que possível.

Vamos falar sobre outras doenças respiratórias?
Existem outras doenças e a meningite, como exemplo, também é considerada uma doença respiratória e ela também circula mais nos meses do inverno. Quando chega maio, junho, julho o aumento de casos começam a aparecer e a prevenção é a mesma da gripe, evitando aglomerações, lavar as mãos e etc. Já a tuberculose é um problema grave de saúde pública que tem outra dinâmica: pessoas que moram em situação de pobreza extrema, ou que estão em instituições como penitenciarias.

Existem outras doenças respiratórias que se agravam no inverno?

Bronquite Alérgica e Bronquite asmática são sinônimos e o termo médico tratamos como asma e a Riniti Alérgica. A asma tem como causa principal a alergia aos ácaros da poeira e, em menor grau, aos epitélios (pelos) de animais e a fungos. Nesse caso de asma, os casos são agravados pelo clima frio e também pelas viroses respiratórias (gripes e resfriados). Sendo assim, uma pessoa que tem asma, bronquite, quando ela pega um resfriado ela desencadeia uma crise. Quando ela pega gripe há uma chance muito grande dessa doença evoluir para síndrome respiratória aguda grave, que é a principal complicação da gripe.

(Texto: Ewerton Geniseli)