

NOTA TÉCNICA Nº 003/2022

Recomendações referentes à prevenção, vigilância epidemiológica das síndromes gripais (COVID-19 e Influenza H1N1 e H3N2)

Considerando surto de Influenza e aumento recente dos casos de Covid-19

Considerando síndromes gripais: indivíduo que apresente febre, acompanhada de tosse ou dor de garganta e pelo menos um dos seguintes sintomas: dor de cabeça, mialgia ou artralgia, ocasionalmente náuseas e vômitos, na ausência de outro diagnóstico específico.

Considerando sinais de gravidade: falta de ar ou dificuldade para respirar; pressão ou dor no tórax; febre alta; lábios azulados etc.

Considerando no caso da Covid-19, os sintomas ficam mais intensos a partir do 5º ou 6º dia de infecção e referente à Influenza, os sintomas são mais intensos a partir das primeiras 48 horas.

Diferenciação dos Sintomas das Síndromes Gripais:

COVID-19	H1N1	H3N2
Febre	Febre	Febre alta súbita (acima de 38°)
Dor de cabeça	Dor de cabeça	Dor de Cabeça
Tosse persistente	Dores Articulares	Dor de garganta
Falta de ar	Olhos irritados	Espirro
Cansaço	Tosse seca ou com catarro	Tosse seca
Dor de garganta	Há casos com dores de ouvido	Coriza
Perda parcial ou total do olfato		Cansaço excessivo
		Náusea, vômito
		Dores musculares
		Diarréia

Orientações para Prevenção e Proteção da Síndromes Gripais:

- *Manter o uso da máscara de modo a cobrir nariz e boca, e providenciar a substituição se a mesma estiver suja e ou úmida. Ao realizar as refeições, a retirada e a guarda da mesma deve ser feita com cuidado;
- *Higienizar frequentemente as mãos com água e sabão, inclusive ao chegar e antes de sair do local de trabalho;
- *Utilizar álcool em gel para higienização das mãos nas situações em que o uso de água e sabão não for possível;
- *Adotar o uso de álcool em gel regularmente para limpeza de superfícies, bem como objetos de uso comum (telefone fixo, maçanetas) e objetos pessoais(caneta, celulares);
- *Utilizar lenço descartável para higiene nasal;
- *Cobrir nariz e boca quando espirrar ou tossir;
- *Evitar tocar mucosas dos olhos, nariz e boca;
- *Higienizar as mãos após tossir ou espirrar;
- *Não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas;
- *Manter os ambientes bem ventilados, quando possível em ambientes administrativos é recomendado manter as janelas abertas;
- *Estabelecer regra de espaçamento de no mínimo 1,5 metros entre estação de trabalho e trabalhadores;
- * Evitar aglomeração e ambientes fechados
- * Adotar hábitos saudáveis, como alimentação balanceada, aumentar a ingestão de líquidos;
- * Manter o afastamento temporário (trabalho, escola, etc) de acordo orientação médica.
- * Seguir as precauções padrão e de etiqueta respiratória;
- * Evitar prática de cumprimentar com aperto de mão, abraços e beijos;

Guilaine

[Assinatura]



Secretaria de
Saúde
Gestão: 2021/2024

Coordenação de
**Vigilância
Sanitária**

- * Privar reuniões presenciais, se necessário, devem ser realizadas em ambientes ventilados ou ao ar livre. Convoque somente os participantes necessários;
- * Vacinar contra a Influenza e a Covid-19, de acordo com os critérios estabelecidos pelo programa Nacional de Vacinação (PNI).

Posse, 22 de janeiro de 2022.

Kelly de Almeida Brito

Coordenadora Vig. Sanitária

Gislaíne Correa da Silva

Coordenadora Vig. Epidemiológica

Cláudia Alves Macedo
Secretaria Municipal de Saúde
Decreto nº 130/2021

Cláudia Alves Macedo

Secretária Municipal de Saúde