

## A INFLUENZA A(H1N1)

Por: Valdeci T. Ribeiro - Técnico em Segurança do Trabalho - 13/08/2009.

Após tantas informações divulgadas pela mídia sobre a pandemia da nova gripe, me senti confortável para escrever algo sobre esse tema tão importante para a população, em especial para os Técnicos em Segurança do Trabalho que atuam juntamente com o corpo Médico na prevenção de doenças nas dependências da empresa.

Quando surgiu lá no México inicialmente com o nome de Gripe Suína e posteriormente alterada pela OMS para o nome de A(H1N1), parecia algo distante e imaginávamos que essa gripe chegaria ao Brasil, mas não tão rápido. A imagem de pessoas utilizando máscaras para se protegerem, assustou o mundo e certamente ficará marcada na história da humanidade, não só pela doença, mas por ser a primeira pandemia com cobertura mundial simultânea.

Eu me recordo e não faz tanto tempo assim, de ficar grudado na televisão para saber as notícias sobre a nova gripe e de quantas pessoas haviam sido infectadas a cada dia. Desde o início de sua divulgação até agosto/2009, mês que eu estou escrevendo esse artigo, se passou pouco tempo para que essa gripe se instalasse na condição de pandemia e causasse tantas mortes como vem ocorrendo no mundo e principalmente no Brasil.

No começo os infectados eram aqueles que viajaram para as áreas de risco que se limitavam ao México, Estados Unidos e Canadá. As pessoas que vinham desses países com sintomas da gripe eram imediatamente internadas e seus parentes monitorados. O vírus ainda não circulava no país, pois estava restrito às pessoas que haviam viajado para aquelas áreas e tiveram resultado positivo no teste para a Influenza A(H1N1), além dos parentes e amigos que tiveram por motivos óbvios, contatos com essas pessoas. Eu acompanhei alguns pronunciamentos do Ministro e a grande preocupação do Ministério da Saúde era justamente do vírus começar a circular pelo país.

Morar no Brasil dava uma falsa sensação de segurança, e o contágio parecia estar bem distante. O Ministério da Saúde já tinha alertado que a chegada do inverno aumentaria consideravelmente o risco de pegar a nova gripe, pois o inverno é uma época propícia para a disseminação de doenças, sobre tudo as doenças do trato respiratório. É no inverno que as pessoas ficam mais próximas e a circulação do ar em ambientes fechados é menor devido ao frio, especialmente nos estados da região sul e sudeste. No inverno nós também tomamos menos água do que nas outras estações, por consequência disso, as mucosas estão mais secas e menos protegidas.

Os casos da A(H1N1) estavam sendo contabilizados no Brasil, até que surgiram as primeiras mortes na Argentina e Chile. De lá para cá, o que estamos vendo são pronto-socorros, postos de saúde lotados e famílias desesperadas por terem a vida de seus entes queridos sendo ceifadas tão abruptamente.

O que assusta os médicos é a rapidez com que essa nova gripe evolui no organismo, deixando a pessoa infectada extremamente debilitada. Após o surgimento dos primeiros sintomas, o anti-viral OSELTAMIVIR(Tamiflu), considerado até o momento o mais eficiente no tratamento da A(H1N1), deve ser ministrado sob orientação médica. Se passar desse tempo, a medicação pode não ter efeito, e pior ainda, se for tomado indiscriminadamente pode fortalecer o vírus, criando uma cepa mais resistente da qual a medicação que conhecemos não terá mais efeito. Sabendo disso o Ministério da Saúde está vigilante e orientando os centros de saúde de cada município sobre a distribuição para a população de forma criteriosa, justamente para evitar o uso indiscriminado do medicamento.

A letalidade da Influenza A(H1N1) tem se mostrado muito parecida com a gripe normal, e com as primeiras mortes, foi possível identificar um grupo de risco em que a gripe pode causar

complicações, como: mulheres grávidas, crianças, idosos, obesos, pacientes com doenças crônicas e pessoas com a imunidade comprometida. Na população em geral, há um grupo menor de pessoas que pode pegar o vírus e se curar, mesmo sem sintomas. Um segundo grupo pode pegar o vírus e ter sintomas moderados da nova gripe e também se curar sem grandes problemas, já um terceiro grupo pode ter maiores complicações, mas com o tratamento adequado também se cura. Uma pequena fração de pessoas que se contaminam podem ir a óbito. A forma de contágio é a mesma da gripe comum e os sintomas parecidos, veja abaixo:

- Febre acima de 38° C
- Falta de apetite
- Cansaço
- Dor de cabeça
- Ardor nos olhos
- Tosse
- Dor de garganta
- Catarro
- Náusea
- Vômito
- Diarréia
- Dores musculares e nas articulações

O Governo Federal através do Ministério da Saúde, definiu alguns hospitais de referência para atender pacientes com sintomas e casos já confirmados da Influenza A(H1N1), mas com o avanço da doença, houve a necessidade de ampliar a ação com a participação dos municípios. Existem alguns protocolos do Ministério da Saúde e dentre eles eu gostaria de destacar o Protocolo de Manejo Clínico e Vigilância Epidemiológica da Influenza, que traz orientações sobre o PBPPPI – Plano Brasileiro de Preparação para uma Pandemia de Influenza. Ler os protocolos é necessário, mas o importante mesmo é saber a forma com que o seu município está lidando com a pandemia, por isso os profissionais de saúde da empresa juntamente com o Técnico em Segurança do Trabalho, devem buscar informações nas prefeituras sobre o atendimento das pessoas suspeitas de contaminação, evitando levá-las aos locais errados, perdendo assim tempo precioso no tratamento.

Para tentar barrar o avanço da gripe algumas soluções paliativas estão sendo tomadas como: aumentar o período das férias escolares, fechamento de creches, restrição de eventos esportivos, cultos religiosos, além de orientar a população para evitar locais com muita aglomeração. As soluções apresentadas são temporárias e não podem ser prolongadas por muito tempo. Algumas orientações básicas como lavar sempre as mãos evita consideravelmente a transmissão da doença. Um exemplo bem peculiar e que muitas pessoas deixam passar despercebido são as idas ao supermercado - nesses locais além da aglomeração de pessoas, existe o contato com os carrinhos que carregam as compras, que sabidamente é um foco de bactérias que podem transmitir não só a gripe, mas muitas outras doenças.

Escolas, shoppings, restaurantes e empresas, estão disponibilizando recipientes com o álcool em gel para que as pessoas façam a higienização constante das mãos. Outra recomendação é a utilização de máscara para evitar o contágio, medida que ajuda, porém é pouco eficaz porque os modelos mais baratos só podem ser utilizados por pouco tempo. De qualquer forma a população está sendo informada e procurando seguir as orientações - isso é positivo e está mudando alguns comportamentos como lavar as mãos frequentemente, por exemplo, hábito que pode evitar o contágio da gripe e de outras doenças. Outros comportamentos sociais como aperto de mãos, abraços e beijos no rosto, devem ser evitados nesse período de pandemia.

A porta de entrada da A(H1N1) no organismo é a mesma da gripe comum, ou seja as vias respiratórias - o contágio se dá através do espirro, tosse e o contato com essas secreções, evitar tocar os olhos também faz parte da recomendação.

O que fazer na empresa ?

Apesar da massiva informação sobre a gripe através de jornais, rádios e TV's, cabe ressaltar que a empresa deve promover uma campanha interna de esclarecimento aos funcionários sobre a forma de contágio e transmissão da A(H1N1), não só para resguardar a saúde do trabalhador, mas porque a empresa é a responsável pelo funcionário em suas dependências. A utilização de cartazes, folhetos, folders explicativos, recipientes com álcool em gel para higienizar as mãos e palestras com médicos(as) infectologistas são as formas mais indicadas. Para os locais da empresa onde há pouca ventilação e tem problemas com o chamado "ar viciado", é uma boa oportunidade para fazer modificações no layout e melhorar a circulação do ar no ambiente. O exaustor eólico é uma saída barata por ser simples de instalar e de não possuir gastos com energia, somente com manutenção. A troca de ar no ambiente de trabalho é importante para a saúde do trabalhador e evita vários problemas de saúde. Cada local de trabalho deve ser avaliado adequadamente para ver onde e quais as mudanças deverão ser implementadas.

Os cuidados devem se estender aos sistemas de ar condicionado com a limpeza de dutos e trocas de filtros. Para uma melhor avaliação, podem ser coletadas amostras de material desses locais e enviá-las para um laboratório, medida importante para verificar qual o tipo de bactéria que está circulando no ambiente e a concentração dos níveis de gás carbônico eliminado pela respiração.

Se a pandemia de gripe A(H1N1) infectar grande parte dos trabalhadores, pode ocorrer um prejuízo incalculável na produção, afetando o caixa da empresa, por esta razão é necessário estender as orientações aos funcionários, sobre a maneira de se comportar no trajeto da casa para o trabalho e vice-versa. Para os funcionários que utilizam transportes públicos, a orientação deve ser focada na facilidade com que pode se pegar a nova gripe em ambientes fechados e com pouca ventilação. Esclareça aos funcionários que as mãos facilitam a entrada do vírus para dentro do organismo, dessa forma, não é conveniente ficar colocando as mãos na boca nem coçar o nariz, após ter tocado nas barras de apoio dos ônibus.

É necessário informar aos funcionários que estejam com os sintomas da nova gripe, para utilizarem um lenço ou as próprias mãos quando forem tossir ou espirrar, se não for possível, que utilize a própria roupa, como a manga da camisa ou blusa - isso impede que as secreções sejam dispersas no ambiente, diminuindo o risco da transmissão para outras pessoas.

Oriente os funcionários de uma forma a deixar bem claro que se estiver na empresa e sentir os primeiros sintomas, para comunicar imediatamente o Médico, Enfermeiro, Auxiliar de Enfermagem ou o próprio Técnico para que sejam tomadas as medidas necessárias – se estiver na residência, o funcionário deve procurar um centro de saúde de referência para o diagnóstico e tratamento, aliás, o próprio Técnico poderá deixar a informação desses locais no quadro de avisos da empresa.

A prevenção pautada no esclarecimento ainda é a melhor maneira de evitar o contágio e transmissão da nova gripe, pelo menos até que passe essa pandemia ou uma vacina esteja disponível.