

Preparação para a gripe H1N1 (Gripe Suína) e outras viroses com sintomas de gripe

1º de setembro, 2009

Caros pais,

Aparentemente a gripe bem como outras doenças farão parte do nosso novo ano escolar. Oficiais da Saúde da Georgia, como também o Centro de Controle de doenças informam que estas doenças com sintomas parecidos com gripe estão com incidência acima do normal, afetando crianças em idade escolar nas nossas comunidades e por todo o estado.

Estas informações não têm a intensão de causar alarme mas sim de reforçar que o sistema escolar esta seguindo todas as orientações do estado e do governo federal, está se comunicando com profissionais de saúde a fim de obter as mais recentes recomendações do controle de infecções.

Apesar de que o H1N1 continua sendo uma preocupação, oficiais da saúde pública estão diminuindo o alarme inicial sobre este vírus. Na Georgia, serviços de saúde pública não estão mais testando todos os casos procurando especificamente por esta gripe. Portanto, nem sempre saberemos se uma criança doente tem o vírus H1N1 ou a gripe regular.

Entretanto, as instruções dos serviços de saúde no momento é para que a gripe H1N1 e a gripe regular da estação sejam tratadas basicamente da mesma maneira (*veja a coluna ao lado*). Serviços da saúde estão prescrevendo remédios anti-virais com menos frequência, preferindo deixar que o vírus tenha seu ciclo natural. A maioria dos casos, gripe H1N1 ou a gripe da regular, duram de 3 a 5 dias com sintomas não tão sérios.

Nosso objetivo é manter as escolas abertas e funcionando normalmente durante este período de gripes. Apesar de o vírus não ser tão forte como inicialmente esperado, estamos preparados para tomar passos adicionais, caso necessário, para prevenir o alastramento da doença, tais como:

- Buscando atentamente por sintomas de febre e gripe nos estudantes e funcionários da escola no momento cheguem à escola,
- Fazendo mudanças para aumentar o espaço entre as pessoas, tais como, colocando as carteiras mais distantes umas das outras, adiando excursões e
- Dispensando estudantes da escola por vários dias caso fiquem doentes.

Fatos sobre gripes (H1N1 e gripe da estação)

Síntomas gerais:

- Febre
- Dor de garganta
- Dores musculares
- Tosse
- Nariz escorrendo
- Cansaço extremo

Como é transmitida?

Tipicamente a gripe passa de pessoa para pessoa, quando a pessoa infectada tosse ou espirra. Pessoas também ficam infectadas quando tenham o vírus na mão e esfregam o nariz ou os olhos.

Caso pense que sua criança esteja com a gripe:

- Faça com que repouse bastante
- Faça com que beba bastante líquidos para prevenir que se desidrate
- De remédios para abaixar a febre que não sejam à base de aspirina.
- Mantenha a criança em casa até que não tenha mais sintomas da gripe e esteja sem febre por pelo menos 24 horas sem necessidade de medicação.
- Contate seu provedor de assistência médica caso tenha perguntas sobre a doença.

Crianças aparentando os sintomas da gripe serão enviados de volta da escola para casa.

Por enquanto estamos fazendo tudo que podemos para mantermos nossa escola funcionando normalmente.

Aqui estão algumas coisas que você pode fazer para ajudar:

- **Ensine a sua criança a lavar as mãos frequentemente com sabão e água ou que usem o gel à base de álcool para limparem as mãos.** Você pode dar o exemplo fazendo isto você mesmo.
- **Ensine sua criança a não dividir coisas pessoais como bebidas, comidas, utensílios que não foram lavados, e para que cubra com um lenço de papel o nariz e/ou a boca quando tossir ou espirrar.** Caso não tenha um lenço de papel no momento, é aconselhável que cubra o nariz e/ou a boca com o lado interno do cotovelo, braço ou manga de camisa, ao invés de usar a mão.
- **Familiarize-se com os sintomas da gripe.** Sintomas da gripe incluem febre (100 degrees Fahrenheit, 37.8 Celsius ou mais alta), tosse, dor de garganta, nariz escorrendo ou entupido, dores pelo corpo, dor de cabeça e muito cansaço. Algumas pessoas também apresentam vômito e diarreia.



- **Mantenha a criança doente em casa pelo menos até que esteja 24 horas sem apresentar mais sintomas de febre sem medicação.** Mantendo crianças que tenham os sintomas ou febre em casa reduziremos o número de pessoas que possam ficar infectadas.
- **Não enviem crianças doentes para a escola. Qualquer criança que se perceba doente na escola será enviada de volta para casa.** É permitido para irmãos e outras pessoas que tenham contato com pessoas que tenham casos confirmados da gripe virem a escola, contanto que eles não estejam apresentando os sintomas da gripe. Estudantes que se recuperaram completamente da gripe em casa podem voltar para a escola sem atestado médico.
- **Vacine a sua família contra a gripe da estação.** Caso seja aplicável, vacine também contra a gripe H1N1.

Continuaremos mantendo você informado, notificando-o de qualquer modificação de estratégia preventiva da gripe no distrito da nossa escola. Qualquer novidade será anunciada no nosso endereço na internet www.fultonschools.org. Para informações adicionais sobre a H1N1, por favor visite os endereços da internet abaixo ou ligue para 1-800-CDC-INFO.

Sinceramente,

Cindy Loe, Ph.D.
Superintendente

Informação sobre a gripe:

- Centro para Controle e Prevenção de Doenças: www.cdc.gov/H1N1flu
- Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos E.U. www.flu.gov
- Departamento de Saúde da Comunidade da Georgia: www.dch.georgia.gov
- GDCH – Divisão de Saúde Pública: www.health.state.ga.us
- Informações para clientes do Plano de Saúde da Georgia: www.georgiahealthinfo.gov