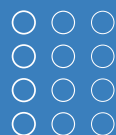




hcor

ASSOCIAÇÃO
BENEFICENTE SÍRIA



**Infecções virais respiratórias: Covid-19,
Influenza (gripe) e outras viroses**

Recomendações atualizadas em fevereiro de 2024



Infecções virais respiratórias: Covid-19,
Influenza (gripe) e outras viroses

Orientações gerais para tratamento ambulatorial

Além do SARS-CoV-2, causador da Covid-19, diversos vírus chamados vírus respiratórios circulam todos os anos e podem causar infecções do trato respiratório superior (nariz, garganta, ouvidos e seios da face) ou inferior (brônquios e pulmão - pneumonia viral).

O SARS-CoV-2 também é um vírus respiratório. Já o vírus Influenza A H3N2 é um dos vírus causadores da gripe.

Embora alguns sintomas sejam mais típicos de cada doença, os diferentes vírus respiratórios podem causar sinais e sintomas em comum, a chamada **síndrome gripal**, e portanto, a realização de testes diagnósticos é fundamental para diferenciá-los.

Síndrome gripal: indivíduo com quadro respiratório agudo, caracterizado por pelo menos dois dos seguintes sinais e sintomas: febre (temperatura axilar $\geq 37,8^{\circ}\text{C}$), calafrios, dor de garganta, dor de cabeça, tosse, coriza, alterações do olfato ou do paladar.



Em crianças: além dos sintomas anteriores, considera-se também obstrução nasal na ausência de outro diagnóstico específico.



Em idosos: podem aparecer sinais e sintomas pouco específicos, como confusão mental, sonolência excessiva, irritabilidade e inapetência.



Na suspeita de Covid-19, a febre pode estar ausente e sintomas gastrointestinais (náuseas, diarreia) podem estar presentes.

Além disto, a via de transmissão de boa parte destes vírus também é comum a partir do contato e gotículas que a pessoa infectada expõe ao falar, tossir ou espirrar. Portanto, **VALORIZE seus sintomas**, na presença de sinais e sintomas de síndrome gripal, procure realizar os testes diagnósticos, proceda ao isolamento domiciliar e procure atendimento médico se pertencer aos grupos de risco para complicações ou apresentar sinais de alarme.

É fundamental que o isolamento seja mantido até o resultado dos testes diagnósticos coletados e depois conforme o tempo recomendado para cada vírus. Se os resultados vierem negativos e permanecer com sintomas gripais, busque avaliação médica e faça uso de máscara cirúrgica até resolução dos sintomas.

Lembre-se que além da Covid-19, os outros vírus também são transmissíveis e em grupos de risco, as infecções por Influenza (gripes) e resfriados também podem causar complicações. Além disto, o uso de máscara, higiene frequente das mãos, etiqueta da tosse e manutenção dos ambientes limpos e ventilados ajudam na redução da transmissão de todos os vírus.

Adicionalmente, as recomendações com relação à vacinação contra Covid-19 e Influenza devem ser seguidas para prevenção de novas infecções.

RESUMO DAS ORIENTAÇÕES ESPECÍFICAS

Covid-19

Manter isolamento domiciliar por 7 dias a contar do início dos sintomas, com melhora da febre e melhora dos sintomas respiratórios por 24 horas (quadros leves a moderados que não necessitaram de internação) e manter uso de máscaras até o 10º dia do início dos sintomas.



Infecções virais respiratórias: Covid-19,
Influenza (gripe) e outras viroses

O isolamento pode ser reduzido se apresentar resultado negativo ao final do 5º dia e estiver sem sintomas e sem febre por pelo menos 24 horas. Se ainda apresentar sintomas / febre no 7º dia ou testar positivo no 5º dia, permanecer em isolamento até o 10º dia.

Pacientes com doenças que afetam a imunidade (imunodeprimidos graves – ex. câncer em quimioterapia, transplantes, entre outros) e pacientes que tiveram quadros graves e necessitaram de internação em UTI devem **manter o isolamento por 20 dias** e até melhora da febre e sintomas respiratórios por 24 horas.

Seguir orientações médicas e monitorar sintomas e temperatura (também saturação de oxigênio por meio do oxímetro no caso de pacientes pertencentes a grupos de risco para complicações, se houver orientação médica). **Em casos de falta de ar, dificuldade para respirar, febre persistente que não cede por mais de três dias ou retorno da febre após período de dois dias afebril, alteração do nível de consciência com sonolência, fraqueza importante ou desmaios, além de saturação de oxigênio menor que 94% com oxímetro de pulso, deve retornar ao pronto-socorro.**

Influenza - Gripe

Manter isolamento domiciliar por 7 dias a contar do início dos sintomas, com melhora da febre e sintomas respiratórios por 24 horas. A critério médico, em pacientes tratados com antiviral específico, o tempo pode ser reduzido para 5 dias desde que haja melhora dos sintomas.



Crianças e pacientes com doenças que afetam a imunidade (imunodeprimidos graves – ex. câncer em quimioterapia, transplantes, entre outros) devem **manter o isolamento por 14 dias**, até melhorar a febre e sintomas respiratórios por 24 horas.

Seguir orientações médicas e monitorar sintomas em casos de falta de ar, dificuldade para respirar, febre persistente que não cede por mais de três dias ou retorno da febre após período de dois dias afebril, alteração do nível de consciência com sonolência, fraqueza importante ou desmaios, deve retornar ao pronto-socorro.

COMO FAZER O ISOLAMENTO DOMICILIAR?

- Manter o paciente em quarto individual bem ventilado. Caso não seja possível manter em quarto privativo, manter a distância de pelo menos 1,5 metro da pessoa doente.
- Limitar o número de cuidadores e não receber visitas.
- Limitar a circulação do paciente e manter ambientes compartilhados ventilados (manter as janelas abertas). Se possível, o paciente deve realizar as refeições em quarto privativo e usar banheiro exclusivo.
- O cuidador deve usar máscara cirúrgica bem ajustada ao rosto quando estiver no mesmo ambiente e durante a manipulação da pessoa doente. As máscaras não devem ser tocadas ou manuseadas durante o uso. Se a máscara ficar molhada ou suja com secreções, deve ser trocada.
- Lavar as mãos frequentemente com água e sabão por no mínimo 40 segundos ou higienizar as mãos com solução à base de álcool a 70% por pelo menos 20 segundos. Inclusive, fazer a higiene das mãos após descartar a máscara cirúrgica.
- Ao realizar higiene das mãos com água e sabão, utilizar, preferencialmente, papel descartável para secar as mãos. Caso não estejam disponíveis, usar toalhas de pano e trocar quando ficarem molhadas.
- Etiqueta respiratória deve ser praticada por todos. Cobrir a boca e o nariz durante a tosse e espirros usando máscara, lenços de papel ou cotovelo flexionado, seguido de higiene das mãos. Descartar os materiais usados para cobrir a boca e o nariz, imediatamente após o uso.



Infecções virais respiratórias: Covid-19,
Influenza (gripe) e outras viroses

- Não compartilhar alimentos, copos, toalhas, roupas de cama e objetos de uso pessoal.
- Talheres e pratos devem ser limpos com água e sabão ou detergente comum após o uso.
- Limpar e desinfetar as superfícies frequentemente tocadas, como mesas de cabeceira, superfícies do banheiro e outros móveis do quarto do paciente com desinfetante doméstico comum ou álcool 70%.
- Roupas sujas, roupas de cama, toalhas de banho e de mão do paciente devem ser lavadas com água e sabão comum.
- Considerando as evidências de transmissão pessoa a pessoa, indivíduos que podem ter sido expostos a casos suspeitos ou confirmados de Covid-19 sem proteção (incluindo cuidadores) devem monitorar sua saúde por 14 dias, a partir do último dia do possível contato, e procurar atendimento médico se desenvolver sintomas, particularmente, febre, tosse ou falta de ar. Recomenda-se a utilização de máscara cirúrgica se exposição a aglomerações por no mínimo 10 dias a partir do último contato.
- Caso seja necessário sair com o paciente para a realização de exames ou atendimento médico utilize máscara cirúrgica o tempo todo e prefira veículo privado com boa ventilação ou acione a ambulância em casos de urgências. Comunique o serviço de saúde sobre o diagnóstico.

Como ter acesso ao exame?

Entre no site www.hcor.com.br, clique em **Resultados de Exames** e coloque o **nome de usuário e senha** que está no protocolo recebido.

	COVID-19	GRIFE	RESFRIADO
Vírus	SARS-CoV-2 (coronavírus da SARS-2)	Influenza (subtipos A H1N1, A H3N2, outros A, B)	Diversos vírus respiratórios: rinovírus (principal), adenovírus, para Influenza, vírus sincicial respiratório, outros tipos de coronavírus endêmicos, etc.
Sintomas mais típicos – PODEM SER SEMELHANTES ENTRE AS DOENÇAS	Febre, tosse, coriza, perda do olfato (anosmia) ou do paladar (ageusia), falta de ar, dor de garganta	Febre elevada (>38°C), tosse, dor de garganta, dor de cabeça, calafrios, dores no corpo	Coriza, congestão nasal, tosse, espirros, dor de garganta, febre é menos frequente (se presente, mais baixa do que na gripe)
Período de incubação – a partir da exposição	1 a 14 dias (média 4-5 dias)	1 a 4 dias (média 2-3 dias)	1 a 3 dias
Principal via de transmissão	Gotículas (partículas expelidas pela pessoa contaminada ao falar, tossir ou espirrar), contato e aerossóis	Gotículas (partículas expelidas pela pessoa contaminada ao falar, tossir ou espirrar)	Contato e / ou gotículas a depender do vírus (partículas expelidas pela pessoa contaminada ao falar, tossir ou espirrar)
Período de transmissibilidade – necessário FAZER ISOLAMENTO	• 7 dias (assintomáticos e formas leves a moderadas), podendo reduzir para 5 dias com teste negativo • 20 dias (formas graves que necessitaram de internação e imunodeprimidos)	• 7 dias – adultos desde que o paciente apresente melhora dos sintomas em pelo menos 24 horas (podendo ser reduzido para 5 dias a critério médico se terapia antiviral específica) • 14 dias – crianças e imunodeprimidos	Enquanto durarem os sintomas (em média 5-7 dias)



Infecções virais respiratórias: Covid-19,
Influenza (gripe) e outras viroses

	COVID-19	GRIFE	RESFRIADO
Principais complicações	Pneumonia (viral), Síndrome Respiratória Aguda Grave, fenômenos tromboembólicos, disfunções de outros órgãos como rins na forma crítica da doença (que necessita de intubação e UTI)	Pneumonia (viral com ou sem infecção bacteriana associada) / Síndrome Respiratória Aguda Grave	• É pouco frequente, mas às vezes pode haver infecção bacteriana secundária • Vírus Sincicial Respiratório: pode causar Bronquiolite em bebês / crianças pequenas / idosos e pneumonia viral em imunodeprimidos graves (leucemias, transplante de medula óssea)
Grupos de risco para complicações	Idade > 60 anos, doenças crônicas, obesidade, imunodepressão	• Extremos de idade (< 5 anos e > 60 anos) • Doenças crônicas, obesidade, imunodepressão, gestação e puerpério	• Extremos de idade (< 2 anos e > 60 anos) • Imunodepressão grave
Tratamento	Vide quadro a seguir	Após avaliação médica pode ser indicado o oseltamivir (Tamiflu), que deve ser utilizado, preferencialmente, até 48 horas a partir da data de início dos sintomas para adultos e crianças	Sem tratamento medicamentoso específico, mas com recomendação de sintomáticos como analgésicos ou anti-inflamatórios, descongestionantes nasais, xaropes expectorantes

Ambulatorialmente está disponível após avaliação e indicação médica o nirmatrelvir-ritonavir (Paxlovid). O medicamento é indicado para o tratamento da Covid-19 em adultos que não requerem oxigênio suplementar, que apresentam risco aumentado de progressão para Covid-19 grave (pessoas acima de 65 anos, imunossuprimidos com idade maior ou igual a 18 anos) e estejam entre o primeiro e quinto dia de início dos sintomas

Diagnóstico da fase aguda*	PCR ou teste rápido específico em amostra de secreção respiratória	PCR ou teste rápido específico em amostra de secreção respiratória	PCR ou teste rápido específico em amostra de secreção respiratória
Vacina	Vide quadro abaixo	3v ou 4v (tri ou tetra-valente), e, para acima de 60 anos, a 4v de alta concentração, anual	Considerações para vírus sincicial respiratório com orientação médica

Pessoas de 12 a 39 anos de idade não incluídas em grupo prioritário: recomendado esquema primário utilizando duas doses das vacinas Covid-19 (monovalente) e o reforço com vacina bivalente com intervalo mínimo de 4 meses entre as doses.

Adultos de 40 a 59 anos de idade não incluídos em grupo prioritário: recomendado receber as vacinas bivalentes. O esquema vacinal é composto por duas doses (1ª dose + 2ª dose) e duas doses de reforço (1º reforço + 2º reforço).

Conforme orientação do ministério da saúde está recomendada uma dose de reforço da vacina Covid -19 (bivalente) para **pessoas acima de 60 anos ou mais, imunocomprometidos acima de 12 anos de idade e trabalhadores da saúde entre outras indicações de populações vulneráveis** (considerados os grupos prioritários) que tenham recebido a última dose da vacina há mais de 6 meses.

Esquema de vacinação para **crianças e demais populações vulneráveis** pode ser encontrado na referência do Ministério da Saúde.

Medidas de prevenção comuns a todos	Uso de máscara, higiene frequente das mãos com água e sabão ou preparação alcóolica, distanciamento social, manter ambientes bem ventilados, evitar tocar olhos, boca ou nariz sem etiqueta de tosse.
--	---



Infecções virais respiratórias: Covid-19,

Influenza (gripe) e outras viroses

Síndrome Respiratória Aguda Grave - indivíduo com síndrome gripal que apresenta falta de ar /desconforto para respirar OU pressão persistente no tórax OU saturação de oxigênio menor que 94% em ar ambiente OU coloração azulada dos lábios ou rosto.

Doenças crônicas: doenças cardiovasculares (exemplo: infarto prévio, hipertensão), diabetes, doenças neurológicas como 'derrame', doenças reumatológicas como lupus, artrite reumatóide, doenças renais (insuficiência renal), câncer, transplantes entre outras.

Imunodepressão: condição e tratamento que levam à 'baixa' da imunidade como câncer em quimioterapia e transplantes.

***Diagnóstico:** existem painéis virais moleculares em amostra respiratória que podem detectar ao mesmo tempo SARS-CoV-2, vírus Influenza da gripe e muitos dos vírus causadores de resfriados. Consulte seu médico.

REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Departamento de Imunização e Doenças Imunopreveníveis. Estratégia de vacinação contra a Covid-19 – 2024 [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente, Departamento de Imunização e Doenças Imunopreveníveis. – 1ª ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2023.
2. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Departamento de Imunização e Doenças Imunopreveníveis. Coordenação-Geral de Vigilância das Doenças Imunopreveníveis. NOTA TÉCNICA Nº 6/2023-CGVDI/DIMU/SVSA/MS
3. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/if-you-were-exposed.html>

Responsável Técnico

Dr. Gabriel Dalla Costa - CRM-SP 204962

hcor

**ASSOCIAÇÃO
BENEFICENTE SÍRIA**

Hcor Complexo Hospitalar / Medicina Diagnóstica - Rua Desembargador Eliseu Guilherme, 147 - São Paulo - SP
Hcor - Edifício Dr. Adib Jatene: Rua Desembargador Eliseu Guilherme, 130 - São Paulo - SP
Hcor Medicina Diagnóstica / Consultórios - Unidade Cidade Jardim: Av. Cidade Jardim, 318 - São Paulo - SP
Hcor - Centro de Cuidado em Oncologia e Hematologia - Rua Desembargador Eliseu Guilherme, 130 - São Paulo - SP
Hcor - Consultórios: Rua Abílio Soares, 250 - São Paulo - SP
Hcor - Clínica de Radioterapia: Rua Tomás Carvalhal, 172 - São Paulo - SP

Tels.: Geral: (11) 3053-6611 - Central de Agendamento: (11) 3889-3939 - Pronto-Socorro: (11) 3889-9944
hcor.com.br